Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 90 (2012)
Heft: 3

Artikel: Die richtige Farbe für jeden Kopf
Autor: Novak, Martina
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-723142

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Die richtige Farbe für jeden Kopf

Mit zunehmenden Jahren verändert sich die Haarpracht – sie verliert ihre Farbe. Ob man sich damit abfindet oder den Schopf färben lässt, ist eine Frage des Zeitpunkts und der Persönlichkeit. Individuell abgestimmte Pflege brauchen die Haare so oder so.

Graue, silberne oder weisse Haare sind meist ein optisches Zeichen dafür, dass Mann oder Frau nicht mehr jung sind. Nicht umsonst nennt sich ein politisch besonders aktiver Seniorenverein «Graue Panther», sind Menschen über fünfzig im Internet unter «Silberweb» vertreten oder werden Silver Ager genannt. Verlässt man sich zu sehr auf die Gleichung «grau gleich älter», kann man sich aber schwer täuschen: Auch 25-Jährige können auf natürliche Weise graue Haare bekommen, und umgekehrt färben junge Modebewusste den braunen Schopf freiwillig aschefarben, weil es gerade in ist.

Der Zeitpunkt des Ergrauens ist in erster Linie abhängig von der genetischen Veranlagung; aber auch eine ungesunde Lebensweise, eine mineralstoffarme Ernährung, Krankheiten, gewisse Medikamente oder sogar traumatische Erlebnisse sollen dafür verantwortlich sein.

Deutsche Biophysiker und englische Dermatologen veröffentlichten 2009 eine Studie, wonach der Farbverlust der Behaarung im Alter die Folge eines mangelhaften Abbaus von Wasserstoffperoxid sei. Diese Verbindung entsteht beim Stoffwechsel im Körper und wird bei jungen Menschen wieder neutralisiert. Im Alter bleibt mehr Wasserstoffperoxid im Körper; es verhindert zunehmend die Bildung des Farbpigmentes Melanin.

Das Ergrauen hängt weder vom Geschlecht noch von der Ausgangshaarfarbe ab; bei dunklerem Haar fällt es einfach mehr auf. Das pigmentarme Haar ist übrigens weiss, wenn es aus der Kopfhaut austritt – die verschiedenen Grautöne entstehen durch die Vermischung mit den verbliebenen dunkleren Haaren.

Obwohl eine grau melierte Frisur Würde und Seriosität ausstrahlt und so natürlich ist wie Lachfalten um die Augen, tun sich viele damit schwer, diese natürliche Veränderung zu akzeptieren. Sie wollen etwas dagegen unternehmen, sei es aus eigener Überzeugung oder auf Druck von Partnern, Kindern, Kollegen.

Gefärbt wurde schon immer

«Siebzig bis achtzig Prozent der ergrauten Frauen und manche Männer lassen die Haare färben, tönen oder mit Strähnen versehen», schätzt Elvira Reinhard, die seit dreissig Jahren einen Coiffeursalon in Winterthur betreibt. «Die Bedürfnisse haben sich nicht gross verändert, es wurde schon immer viel gefärbt»,

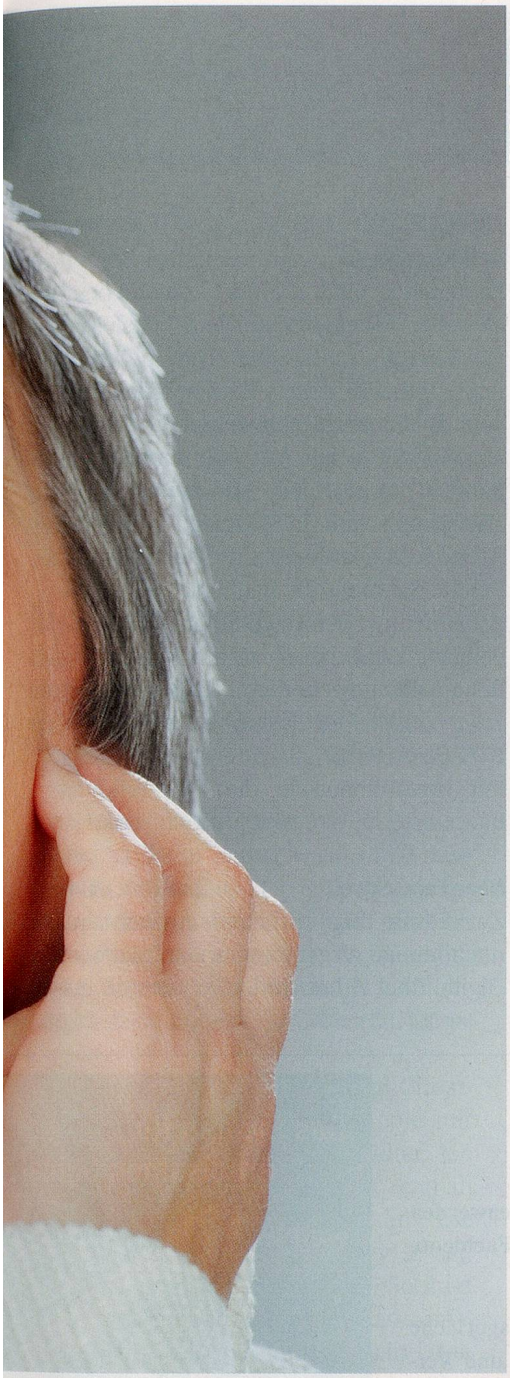

Bild: Prisma/Beau Lark

sagt die Fachfrau, die ihren Kundinnen täglich frische Farbe aufs Haupt aufträgt und auch ihre eigenen Haare coloriert. Die Produkte seien allerdings sehr viel besser und verträglicher geworden. «Das ist nicht zu vergleichen mit früher!»

Damit meint sie die rasche Entwicklung in den vergangenen Jahrzehnten. Das Haarefärben als solches ist keine Erfindung der Neuzeit – so sollen Damen im 17. Jahrhundert ihre schwarze Haarpracht mit einer Paste aus zerquetschten Heidelbeeren verschönert haben.

Dank immer raffinierterer Colorationsmethoden der modernen Haarindustrie lassen sich die Zeichen des Alterungsprozesses auf dem Kopf immer unauffälliger retuschieren. Heute fragt man sich bei älteren Zeitgenossinnen und Zeitgenossen: Ist sie oder er gefärbt oder nicht?

Für das gewünschte optische Ergebnis sind allerdings der zeitliche und finanzielle Aufwand alle vier bis fünf Wochen sowie die Belastung der Kopfhaut mit reizenden Substanzen in Kauf zu nehmen. Während die Färbeprozedur beim Coiffeur mit grösseren Kosten verbunden ist, muss man beim Selbermachen eher mit unliebsamen Farbüberraschungen rechnen. Gute Beratung ist laut Coiffeuse Elvira Reinhard unumgänglich. «Das gilt auch für Shampoos und Pflegeprodukte, die in Qualität und Wirkung sehr grosse Unterschiede aufweisen. Es sind so viele im Angebot, dass Laien alleine kaum das Richtige finden. Die eine braucht mehr Feuchtigkeit, der andere mehr Proteine», erklärt Elvira Reinhard.

Mit dem Pigmentverlust im Alter bekommen die Haare eine andere Struktur, sie werden wie die Haut eher trocken. Eine regelmässige, auf diese Bedürfnisse abgestimmte Kurpackung nährt Haare von aussen und gibt ihnen Feuchtigkeit, damit sie nicht strohig aussehen. Eine Kur oder ein Conditioner sind kein überflüssiger Luxus, sondern eine sinnvolle Ergänzung zum Shampoo. Damit lässt sich die Farbe betonen und Glanz zaubern.

Mèches als idealer Übergang

Sind die Haare gefärbt, lohnt sich ein spezielles Produkt für coloriertes Haar oder ein Blondshampoo, damit die Farbe länger schön bleibt. Für natürlich graue oder weisse Haare empfiehlt die Expertin ein Silber- oder Platinshampoo, das blaue oder violette Farbpartikel enthält und den eventuellen Gelbstich ausgleicht, der sich durch Luft- und Sonneneinwirkung entwickeln kann. Auch bei diesen Mitteln gebe es zum Beispiel verschiedene Konzentrationen der Pigmente, um einen schwächeren oder intensiveren Silberglanz zu erzielen.

Sollen pigmentarme Haare gefärbt werden, spielt es keine Rolle, wie deren ursprüngliche Farbe aussah. Sofern aber noch Haare in der Naturfarbe vorhanden sind und ein einheitliches Ergebnis gewünscht wird, rät Elvira Reinhard zu einer Coloration, die mindestens so dunkel ist wie die eigene Haarfarbe. «Gleich wie bei jüngeren Menschen ist es schwierig, dunkle Haare heller färben zu wollen.»

Eine Alternative und beliebte Lösung für den Übergang von dunkler zu heller Haarfarbe seien die Mèches, künstlich gebleichte Strähnen. Erste graue oder weisse Haare im dunkleren Grundhaar fallen bei einer Frisur mit vielen feinen Mèches weniger auf. Auch Frauen, die ihre Haare regelmässig färben liessen und dessen überdrüssig geworden sind oder Probleme mit der empfindlichen Kopfhaut bekommen haben, können mit hellen Strähnchen laut Elvira Reinhard allmählich zum natürlichen Grau übergehen.

Die Coiffeuse beobachtet, dass bei vielen irgendwann der Zeitpunkt kommt, da sie ihren grauen Kopf zu mögen beginnen und sich damit weder alt noch farblos fühlen. Dem international bekannten Rheintaler Fotomodell Gabriela Rickli verhalf der Verzicht aufs Colorieren gar zu einer neuen Karriere: Kurz nach ihrem 40. Geburtstag fand die früh Ergraute, es sei Schluss mit dem ewigen Färben, und trug ihren Schopf von da an kurz geschnitten und fast weiss. Haufenweise Komplimente und neue Modelaufträge waren das Resultat. **Martina Novak**

Mehr oder weniger dauerhaft

Farbshampoo: Ein Farbshampoo kann erste graue Haare übertönen, sofern diese nicht mehr als 10 Prozent ausmachen. Die Naturfarbe wird betont, und die Haare bekommen einen schönen Glanz.

Leichte Tönung: Die Farbstoffe lagern sich von aussen aufs Haar ab (physikalisch), natürliche Pigmente werden nicht verändert. Wäscht sich in sechs bis acht Haarwäschen aus. Grauhaarabdeckung bis 40 Prozent.

Intensivtönung: Anders als bei der einfachen Tönung kommt Chemie ins Spiel, Komponenten müssen vermischt werden. Die natürlichen Farbpigmente werden aber nicht verändert. Durch den geringen Anteil an Wasserstoffperoxid dringt die halb-permanente Tönung aber etwas tiefer ins Haar ein und hält bis zu 20 Haarwäschen. Die Grauhaarabdeckung beträgt 50 bis 80 Prozent.

Oxidationshaarfarbe: Die Färbung ist nicht oberflächlich, sondern entsteht durch einen chemischen Vorgang im Haar drin. Durch Vermischen zweier Komponenten (Farbstoffbasen plus Wasserstoffperoxid) kommt es zur Oxidation – die Haare werden zunächst vorgequollen, dann eingefärbt. Die Farbe deckt graue Haare zu 100 Prozent ab und ist dauerhaft, das heisst, sie wächst mit den Haaren heraus.

Repigmentierung: Hersteller preisen Produkte an, die ergrautes Haar durch Zufuhr von Sauerstoff wieder zur Pigmentbildung anregen sollen. Dies soll bei Naturfarben von Mittelblond bis Dunkelbraun funktionieren. Laut Haarprofis kann aber nach dem anfänglichen Erfolg ein grün- oder gelbstichiger Anblick auftreten.