

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 39 (1935-1936)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Warum fallen die Haare aus? : Gefahren und Behandlung - Auch dem Gesunden fallen täglich 100 Haare aus  
**Autor:** Longe, R.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-668508>

### **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:** 06.02.2026

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

## Warum fallen die Haare aus?

Ursachen und Behandlung. — Auch dem Gesunden fallen täglich 100 Haare aus.

Kein „Organ“ unseres Körpers beeinflusst wohl so stark das individuelle Aussehen und den äußeren Eindruck jedes einzelnen Menschen wie gerade die Haare; es ist deshalb kein Wunder, daß die überaus häufigen Leiden dieser Gebilde trotz ihrer Harmlosigkeit und Ungefährlichkeit als besonders lästig empfunden werden. Übermäßige Behaarung auf der einen und vorzeitiger Haar- ausfall auf der anderen Seite, frühes Ergrauen, Schuppenbildung, zu starke „Geheimratsedden“, Kahlheit und Glazenbildung — das sind nur einige der alltäglichen Beschwerden, die den „Haarpatienten“ zum Arzt führen und ihm oft die unangenehmsten „Minderwertigkeitsgefühle“ einjagen. Unsere Haare sind keineswegs, wie der Laie manchmal glaubt, unbelebte Hornfasern, sondern recht komplizierte anatomische Gebilde, die mit zahlreichen Stütz-, Hilfs- und Ernährungsapparaten tief in die Haut eingelagert sind. Betrachtet man ein gewöhnliches Kopfhaar im Mikroskop, so stellt man fest, daß es aus zahlreichen Zell- und Hornschichten, aus Mark, Rinde und Oberhäutchen zusammengesetzt ist. Die Zellen der Haarrinde sind besonders wichtig: sie enthalten nämlich in ihrem Innern den eigentlichen Haarfarbstoff (das sogenannte Pigment), das aus kleinen, verschieden gefärbten Körnchen besteht. Von diesen Pigmentkörnern hängt es ab, ob ein Haar blond, dunkel oder gar vollkommen weiß und farblos — bei sogenannten Albinos — ist.

Im Alter verliert unser Organismus allmählich die Fähigkeit, farbige Körner in den Haarzellen zu produzieren; das Haar ergraut allmählich, statt der Pigmente bilden sich schließlich kleine Gasbläschen in den Rindenzellen und verleihen dem weißen Haar seinen eigenartigen seidigen Glanz. Vorübergehend kann es schon in frühen Jahren zu einem plötzlichen Ergrauen kommen; es konnte wissenschaftlich einwandfrei festgestellt werden, daß nicht nur gewisse Nerven- und Stoffwechselstörungen, sondern tatsächlich auch stärkere seelische Erschütterungen zu einer Entfärbung der Haare führen können.

Die Achse des Haares steckt nun in einer besonderen Wurzelscheide der Haut, in einem langen Zellschlouch, der mit zahlreichen feinen Nervenfasern versehen ist und als „Widerlager“ des Haares alle Berührungs- und Bewegungsreize sofort aufnimmt und dem Großhirn weiterleitet. Besondere Talgdrüsen hängen an der Wurzelscheide, um das Haar und auch die Hautoberfläche bei Bedarf „einzufetten“. Schließlich be-

sitzen unsere Haare feine Muskelzüge, die sich manchmal — bei plötzlicher Kälte, beim An- hören von „Gruselgeschichten“ usw. — rasch zusammenziehen und das Haar aufrichten. Diesen Muskeln haben wir also das „zu Berge stehen“ der Haare und das Auftreten der „Gänsehaut“ zu verdanken. An diesen komplizierten Gebilden spielt sich nun ein ununterbrochenes „Stirb und Werde“, ein dauerndes Wachstum und gleichzeitig an anderer Stelle ein dauernder Untergang ab. Nicht nur beim Haarranken, sondern auch bei jedem völlig gesunden Menschen fallen täglich etwa hundert Haare aus, um hundert jungen, nachgewachsenen Haaren Platz zu machen. Wir „mausern“ uns also unmerklich und, ohne es zu wissen, zu jeder Stunde.

In dieses sehr rege und verwickelte Leben unserer Haare können nun mannigfache Störungen von außen eingreifen. Einer der häufigsten Krankheitsprozesse ist der Haarschwund und das vorzeitige Kahlwerden. An sich ein ganz normales Geschehen, das beim Mann etwa ums 50. Lebensjahr aufzutreten pflegt, manchmal aber auch schon viel früher — im zweiten Jahrzehnt — beginnt. Es fallen mehr Haare aus als nachwachsen, der spärliche Ersatz wird immer dünner und „kurzlebiger“, schließlich bleiben nur noch ein paar kümmerliche Wollhaare übrig, und wenn auch die verschwunden sind, haben wir die ausgeprägte Glaze vor uns. Die Ursachen des verfrühten Haarschwundes können sehr verschiedenartig sein. Weit verbreitet ist die Meinung, daß ausschweifender Lebenswandel in erster Linie am Haarausfall schuld sei; diese Behauptung ist aber zumindest völlig unbewiesen. Eine große Rolle spielt dagegen jede starke unbehandelte Schuppenbildung des Kopfes, und vor allem sind Störungen der Blutzirkulation und damit mangelhafte Ernährung der Haarwurzel für den Haarschwund verantwortlich zu machen. Die Wissenschaftler haben sich lange Zeit den Kopf darüber zerbrochen, wie eine solche Störung zu erklären ist, und warum das Leiden in der überwiegenden Mehrzahl bei Männern vorkommt. Man nimmt heute an, daß daran in der Hauptsache ein großer flacher Muskel schuld ist, der das Schädeldach umgreift und die Kopfhaut spannt. Wenn sich dieser Muskel zusammenzieht, werden gleichzeitig die feinen Ädern, die die Haare ernähren, verengt und zusammengepreßt, und so kommt es auf die Dauer zu schweren Schädigungen und zum Ausfall der Haare. Da die Männer im allgemeinen einen größeren

(Fortsetzung auf der dritten Umschlagseite.)



(Fortsetzung von Umschlagseite 2.)

Schädel und stärkere Kopfmuskeln besitzen als die Frauen, werden sie auch meist die Leidtragenden sein und ihre Haare relativ frühzeitig „zu Grabe tragen“ müssen.

Nachdrücklich muß darauf hingewiesen werden, daß der Haarausfall sehr oft kein eigentliches selbständiges Leiden, sondern nur ein Symptom für eine dahinterstehende Allgemeinerkrankung darstellt. Zahlreiche, mitunter gefährliche Infektionskrankheiten können die Ursache sein; schon aus diesem Grunde ist dringend zu raten, bei frühzeitigem Haarschwund den Arzt zu Rate zu ziehen und sich nicht mit der Anwendung irgendwelcher Haarwässer oder anderer „Allheilmittel“ zu begnügen.

Die Behandlung der Haarleiden stellt oft ein recht unangenehmes Kapitel dar. Die menschliche Haut von lästigen und erkrankten Haaren zu befreien, ist mit Hilfe der modernen Methoden gewöhnlich eine Kleinigkeit. Mit vorsichtig dosierten Röntgenbestrahlungen kann man zum Beispiel nach Belieben eine vorübergehende teilweise oder völlige Kahlheit erzeugen, mit elektrischen Nadeln lassen sich überschüssige Haare (weibliche Schnurrbärte und dergleichen) für immer ausrotten. Aber um so schwieriger ist es oft, neues Leben auf einem frühzeitig erkrankten Haupte hervorzuzaubern. In manchen Fällen gelingt es aber, das Übel an der Wurzel zu packen und nicht nur ein Fortschreiten des Leidens zu verhindern, sondern auch eine tatsächliche Besserung und Heilung zu bringen. Verbirgt sich eine Infektionskrankheit hinter dem Haarschwund, so wird man natürlich nur mit der Bekämpfung dieses Grund Übels — und dann um so sicherer

— einen Erfolg erzielen. Sonst hat sich vor allem die Anwendung der ultravioletten Strahlen als sehr wirksam erwiesen. Die Haut wird durch diese Strahlen leicht gereizt, es kommt zur Erweiterung der feinen Adern und damit zu einer besseren Blutzirkulation in den erkrankten Hautbezirken. Man darf aber nie vergessen, daß die Bestrahlungen kein ganz gleichgültiges Heilmittel sind. Nur in der Hand des Fachmannes wird man mit ihnen Gutes erreichen, wenn sie nicht individuell und vorsichtig dosiert werden, kann man damit mehr Schaden als nützen!

Eine ähnliche Wirkung erzielt man mit regelmäßigen Massagen des Haarbodens. Auch hierdurch kommt es zu einer Anregung der Zelltätigkeit und zur verbesserten Blutversorgung. Schließlich gibt es eine große — fast allzu große — Zahl von spirituösen Haarwässern, die verschiedene hautreizende Substanzen (zum Beispiel Sublimat, Mitigal, Äther und andere Stoffe) enthalten und so auf chemischem Wege auf eine Neubildung und „Verjüngung“ der frühzeitig gealterten Kopfhaut hinwirken.

Der Heilerfolg wird hier noch mehr als bei anderen Krankheiten in erster Linie von der Geduld und Ausdauer des Patienten abhängen. Leider gibt es immer noch zahlreiche Patienten, die damit rechnen, daß ihr schon lange bestehendes Leiden sich nun von heute auf morgen bessern müßte und nach kurzer Zeit die Geduld verlieren. Gewöhnlich tritt eine ersichtliche Besserung erst nach Monaten ein, und das ist ja auch bei einem Leiden, das so allmählich begonnen hat, gar nicht anders zu erwarten.

Dr. H. Longe.

---

---

# ZÜRCHER BEHÖRDENKALENDER 1936

enthaltend ein Verzeichnis der Behörden und Amtsstellen des Kantons  
Zürich, der Bezirke und der Gemeinden, sowie reich illustrierten Text

**Preis Fr. 2.—**

**Bestellungen an den Verlag Müller, Werder & Co., Wolfbachstr. 19, Zürich**

---

---