Bei nachweisbarem Mangel kann eine ausgewogene Ernährung, die reich an diesen Nährstoffen ist, dazu beitragen, die Verfügbarkeit der genannten Mikronährstoffe zu verbessern. In vielen Fällen kann aber auch über qualitativ gute Präparate unterstützt werden, die in Apotheken frei verkäuflich sind.

Überreicht durch:

Praxisstempel

Profil Haarausfall **189,42 €**

Vitamin B6, Vitamin B12, Folsäure und Biotin
alle Vitamine werden mit dem Bioaktivitätstest gemessen

Vitamin D
gemessen als freies Vitamin D

Magnesium, Zink, Selen
gemessen mittels Vollblutmineralanalyse

Ferritin

Bei Privatversicherten erfolgt die Abrechnung entsprechend der aktuell gültigen GOÄ.

Das Abnahmeset für die Blutentnahme wird vom Labor kostenfrei zur Verfügung gestellt. +49 30 77001-220

Das Blut muss innerhalb von 24 Stunden im Labor eintreffen. Die Probenabholung aus Praxen und Krankenhäusern erfolgt bundesweit kostenfrei. Für regionale Kurieranfragen (Berlin & Umgebung):
+49 30 77001-250

Für überregionale Kurieranfragen aus Praxen und Krankenhäusern:
+49 30 77001-450

IMD Labor Berlin

IMD Institut für Medizinische Diagnostik Berlin-Potsdam GbR
IMD Berlin MVZ

Nicolaistraße 22
12247 Berlin (Steglitz)
Tel +49 30 77001-220
Fax +49 30 77001-236
info@imd-berlin.de · IMD-Berlin.de

DAkkS Deutsche Akkreditierungsstelle D-ML-13142-01-00

FL_078_05

Fotos: ©fotolia, ©adobe stock, IMD Berlin

PATIENTENINFO

Haarausfall vorbeugen

mit Mikronährstoffen

IMD Labor Berlin

Die Ursachen von Haarausfall

Von Haarausfall ist die Rede, wenn mehr Haare ausfallen als nachwachsen. Täglich ungefähr 100 Haare zu verlieren, ist normal. Wenn es mehr werden, kann es kritisch sein.
Haarausfall, medizinisch als Alopezie bezeichnet, kann viele Ursachen haben. Neben mangelnder oder falscher Pflege spielen oft Stress und eine falsche Ernährung dem Haar übel mit.
Aber auch Krankheiten hinterlassen ihre Spuren im Haar, z.B. Autoimmun- und Schilddrüsenerkrankungen sowie genetische Prägungen, die mit veränderten Hormonspiegeln einhergehen. Manche Medikamente können Haarausfall auch verstärken.

Zuerst krankhafte Ursachen abklären

Eine präzise Diagnostik ist wichtig. Diese gehört in ärztliche Hand, denn hierbei spielen neben der Anamnese und der klinischen Untersuchung spezielle Blutanalysen der Hormone ebenso eine Rolle wie die mikroskopische Analyse von Haarproben, um den Zustand der Haarfollikel zu beurteilen. Wenn Ihre Ärztin oder Ihr Arzt keine eindeutigen Gründe findet, dann sind Sie nicht alleine. Es geht vielen Anderen auch so. Nur bei etwa 10-15% der Betroffenen sind krankhafte Ursachen zu ermitteln.

Mangelzustände aufdecken

Weitere und vor allem gut behandelbare Gründe für Haarverlust sind:

- Eisenmangel
- Eiweißmangel (z.B. bei bestimmten Diäten)
- Mangel an Vitamin B6, Vitamin B12, Folsäure und Biotin
- Vitamin D-Mangel
- Mangel an Mineralstoffen wie Zink, Selen und Magnesium

Das Laborprofil „Haarausfall“ untersucht die wichtigsten Nährstoffe, die für das Haarwachstum und die Gesundheit der Haare bedeutsam sind.

Vitamin D spielt eine Rolle bei der Bildung neuer Haarfollikel und reguliert den Kalziumspiegel, der auch für die Haare wichtig ist. Außerdem führt Vitamin D-Mangel zu einer Zunahme der Talgmenge auf der Kopfhaut. Aber je fettiger die Haare sind, desto öfter wäscht man sie, was die Haare austrocknet und schwächt.

Biotin ist für die Bildung von Keratin verantwortlich, dem Hauptbestandteil des Haars. Ein Biotinmangel führt zu weniger Keratin. Die Haare werden brüchig und wachsen dünner nach.

Vitamin B6 reguliert wichtige Stoffwechselvorgänge an der Haarwurzel sowie die Talgproduktion. Es kräftigt das Haar und wirkt Entzündungen der Kopfhaut entgegen.

Vitamin B12 beschleunigt die Zellteilung sowie das Zellwachstum und damit auch das Haarwachstum.

Folsäure unterstützt die Zellteilung an den Haarwurzeln. Haarausfall, trockene Haare, vorzeitiges Ergrauen und rissige Nägel können auf einen Folsäuremangel hinweisen.

Ferritin dient der Speicherung von Eisen im Körper. Haarfollikelzellen benötigen Eisen für die DNA-Synthese und Eisen trägt zur Bildung von Hämoglobin bei, welches für den Sauerstofftransport zu allen Geweben, auch den Haarwurzeln, verantwortlich ist.

Zink spielt eine Rolle bei der Zellteilung und der Reparatur von Gewebe. Außerdem wirkt Zink im Gewebe antientzündlich. Ein Mangel kann zu Haarausfall und einer schlechten Haarqualität führen.

Selen hat antioxidative Eigenschaften und kann helfen, entzündliche Veränderungen der Haarwurzeln zu reparieren.

Magnesium spielt eine Rolle bei der Regulierung der Eiweißsynthese, die für die Bildung gesunder Haare notwendig ist. Magnesiummangel kann dazu führen, dass Haare spröde werden, ausfallen oder langsamer wachsen.