

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
Einfluss auf Berufswahl und Psyche?	6
So ist unser Haar aufgebaut.....	8
Der Zyklus unserer Haare	9
Wie definiert man krankhaften Haarausfall?	11
So stellt man Haarausfall medizinisch fest	13
Phasen des Haarverlustes	15
Arten und Ursachen von Haarausfall	17
Weitere Formen des Haarausfalls	24
Hilfen gegen Haarausfall.....	28
Ausgewogene Ernährung	29
Eisen, Zink, Kupfer, Biotin und Folsäure	29
Kann Coffein den Haarausfall stoppen?	32
Medikamente.....	33
Letzter Ausweg Haartransplantation?	38
Wie funktioniert Haarerersatz?	43
Kann man Haare nachzüchten?.....	44
Weitere Chancen gegen Haarverlust.....	45
Zehn wichtige Haarpflegetipps	48
Schlusswort	51