

Kahlköpfige Verwandte lassen einen jungen Mann errahnen, was ihm beschieden sein kann: ein früher Haarverlust. Dass sich heute der erblich bedingte Haarausfall gut behandeln lässt, wissen erst wenige der Betroffenen.

Jürg Lendenmann

Haarausfall

Vererbbar: Ja, Schicksal: Nein

Bild: Jürg Lendenmann



Prof. Dr. med. Ralph M. Trüeb ist Facharzt FHM für Dermatologie und Leitender Arzt am Universitätsspital Zürich.

Fast jeder achte Mann zwischen 18 und 29 Jahren hat erblich bedingten Haarausfall. Mit fortschreitendem Lebensalter nimmt die Zahl der Betroffenen zu. «Bei Männern zwischen 30 und 39 sind es bereits 38 Prozent», erklärt Prof. Dr. med. Ralph M. Trüeb, Facharzt FHM für Dermatologie, Leitender Arzt am Universitätsspital Zürich und Präsident der Europäischen Haarforschergesellschaft (EHRG). Im Verlaufe ihres Lebens sind knapp drei Viertel aller Männer davon betroffen.

Behandlung: je früher, desto besser

Durch den Einfluss des Hormonstoffwechsels kommt es zu einer Verkürzung der Haarwachstumsphase: Der Anteil wachsender Haare nimmt stetig ab, der Anteil ausfallender Haare zu. Zudem werden die nachwachsenden Haare immer kleiner und feiner. «Mit einer pharmakologischen Therapie kann dieser Prozess umgekehrt werden: Der Anteil wachsender Haare steigt, und die Haare werden wieder länger und dicker», sagt der Haarexperte.

«Den erblich bedingten Haarverlust zu behandeln ist heute kein Ding der Unmöglichkeit mehr», sagt Prof. Trüeb. «In 90 Prozent der Fälle kann er gestoppt werden, und es gelingt in 50 bis 60 Prozent, das Erscheinungsbild noch im ersten Behandlungsjahr sichtbar zu verbessern. Je früher mit der Behandlung begonnen werde, desto zufriedenstellender sind die Resultate.»

So lange, wie gewünscht

Als Wirkstoff nennt Prof. Trüeb Finasterid. Diese Substanz verhindert die Umwandlung des männlichen Sexualhormons Testosteron in DHT und damit die Schrumpfung der Haarwurzel (s. Kasten). «Die ersten Effekte einer Behandlung sind bereits nach sechs Monaten zu erkennen, der Maximaleffekt ist spätestens nach zwei Jahren erreicht. Mit der Behandlung muss so lange fortgefahren werden, wie man etwas gegen

den Haarverlust machen will. Hört man mit der Behandlung auf, beginnen die Haare wieder auszufallen.»

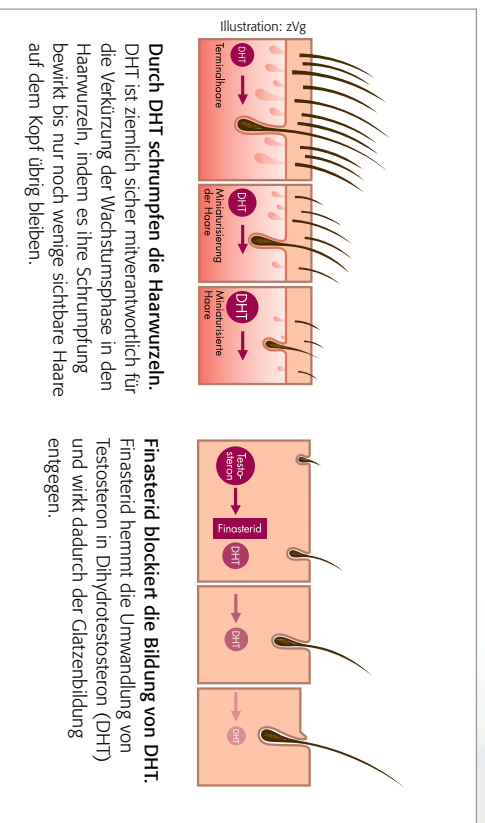
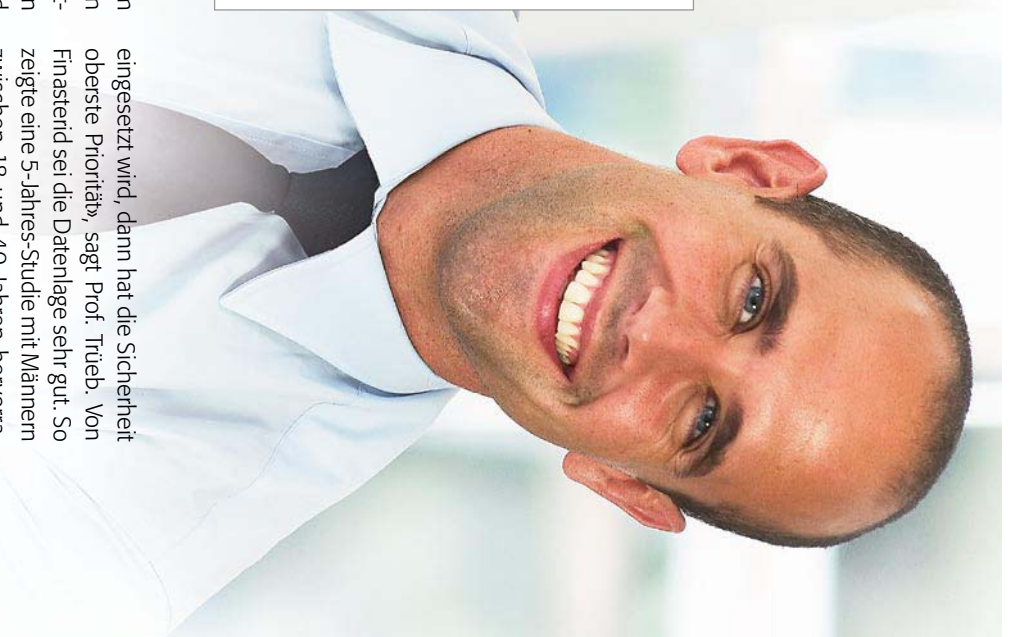
Was ist «normaler» Haarverlust

Idealerweise soll mit der Behandlung begonnen werden, wenn der Haarausfall erstmals bemerkt wird. Dies könne schon mit 18 Jahren der Fall sein. Wichtig sei, den Haarverlust nicht nach Regeln wie «Ein Verlust von 100 Haaren pro Tag ist normal» zu beurteilen. «Dies gilt nur für Leute ohne Haarverlust. Bis man einen Haarverlust bemerkt, hat man schon einen Viertel bis einen Drittel der Haare verloren, und dann noch 100 Haare pro Tag zu verlieren ist entschieden zu viel», erklärt der Experte. «Spätestens dann, wenn beginnende kahle Stellen beobachtet werden, sind sich die Betroffenen über ihren Haarverlust im Klaren.»

Ich kann etwas dagegen tun, also mache ich es

Die meisten der Männer, die zu Prof. Trüeb in die Haarsprechstunde kommen, entschliessen sich zu einer Therapie, weil volles Haar zu ihrem Lifestyle passt. «Sie sagen sich: Wenn ich etwas dagegen unternehmen kann, dann mache ich es!»

Weshalb haben sich bisher nicht mehr Männer für eine Behandlung entschlossen? Als Hauptgrund sieht Prof. Trüeb mangelnde Information. «Wir haben



dazu eine Studie in der Schweiz gemacht. Von den betragten Männern zwischen 15 und 74 Jahren gaben 42 Prozent an, Haare zu verlieren. Von diesen gaben 26 Prozent an, ein Haarwuchsmittel zu verwenden, 27 Prozent hatten kein Vertrauen in Haarwuchsmittel.» Das Misstrauen gegenüber einer Therapie von Haarverlust ist historisch begründet, weil auf diesem Gebiet viel Schatlanterie betrieben worden ist, kann aber heute durch umfassende Information über die Errungenschaften der modernen Haarforschung abgebaut werden.

Der Arzt als Ansprechpartner

Wenn ein junger Mann merke, er verliert Haare, sei es aus unerklärlichen Gründen oder weil der Haarverlust erblich bedingt sein könnte, solle er sich beim Arzt beraten lassen. Wichtig sei, dass der Arzt die Sorge des Patienten ernst nehme, sich in der Abklärung und Therapie von Haarverlust auf sicherem Boden fühle, dem Patienten Pro und Contra aller Behandlungsmöglichkeiten aufzeige und ihn dann in die Therapieentscheide miteinbezieht.

Zudem sollte der Arzt sich nicht nur auf die Verordnung eines Medikamentes beschränken, sondern ein ganzes Behandlungspaket anbieten: «Dazu gehören die Behandlung von allfälligen krankhaften Erscheinungen der Kopfhaut wie Ekzem, Schuppen und Juckreiz, Empfehlung zur Pflege und zu Stylingmittel sowie eine standardisierte fotografische Verlaufsdokumentation. Da der Patient sich jeden Tag im Spiegel sieht, bemerkt

er die allmählichen Fortschritte kaum und wird unsicher. Die Fotos zeigen dann: In 50 bis 60 Prozent gibt es sichtbare Verbesserungen, in den restlichen 40 bis 50 Prozent bleibt der Zustand stabil – ohne Therapie wäre er sichtbar schlechter geworden.

Die Wartezeit für einen Termin bei Prof. Trüeb beträgt im Universitätsklinikum zurzeit sechs Monate – mit ein Grund, weshalb der Spezialist im Sommer eine eigene dermatologische Praxis und Haircenter eröffnet.

Wirksamkeit und Sicherheit

«Wenn ein Wirkstoff zur Behandlung eines kosmetischen Problems langfristig

eingesetzt wird, dann hat die Sicherheit oberste Priorität», sagt Prof. Trüeb. Von Finasterid sei die Datenlage sehr gut. So zeigte eine 5-Jahres-Studie mit Männern zwischen 18 und 40 Jahren hervorragende Resultate zur Wirksamkeit und Sicherheit. Nur in 0,3 Prozent sei es zu unerwünschten Wirkungen vonseiten der Sexualfunktionen gekommen, die sich bei Absetzen des Medikaments wieder normalisierten. Finasterid ist ein rezeptpflichtiges Medikament, das sowohl als Originalpräparat Propecia als auch inzwischen als kostengünstigeres Generikum Finacapil im Handel erhältlich ist. Die Medikamente werden von den Krankenkassen nicht vergütet.

Erblich bedingter Haarverlust beim Mann

Die häufigste Ursache von Haarverlust bei Männern ist der erblich bedingte Haarverlust (androgenetische Alopezie). «Es ist ein altersabhängig fortschreitender Haarverlust in charakteristischer Ausprägung», sagt Prof. Dr. med. Ralph M. Trüeb, «von Geheimratsecken und dem Zurückweichen der Stirnhaargrenze, über die Tonsur bis zur Stirn- und Schietelglatze. Die Ursache dieser vererblichen Form des Haarverlusts liegt im männlichen Hormonstoffwechsel: in der Umwandlung des Geschlechtshormons Testosteron zu Dihydrotestosteron (DHT). DHT wirkt auf Haarpapillenfibroblasten, die wie eine Schaltzentrale wirken für die Haarwurzeln.» Die Folge: Die Haarwurzeln schrumpfen, die Wachstumsphase wird verkürzt, die nachwachsenden Haare werden feiner und fallen vorzeitig aus. Die Umwandlung von Testosteron zu DHT erfolgt durch das Enzym 5 α -Reduktase. Wird dieses Enzym mit dem 5 α -Reduktase-Hemmer Finasterid gezielt blockiert, kann der Haarverlust gestoppt werden.