

# INSPIRATIE



VOOR

NA

**RESULTAAT**  
Gwendolyn was net twintig toen ze last kreeg van haaruitval. Tegenwoordig heeft ze weer een 'goede kop met haar' dankzij een haartransplantatie.

# Kaal of kammem?

■ **Vraag:** Moet je als vrouw leren leven met haarverlies?  
■ **Antwoord:** Nee, er zijn nog genoeg mogelijkheden om kaalheid te behandelen.

## DE VERANDERING

Gwendolyn Meyer heeft een mannenprobleem: ze wordt kaal. Ze was net in de twintig toen ze haar begon te verliezen. "Ik dacht eerst dat ik steeds in de rui was of last had van een soort roos. Totdat de kapper ineens met een pluk haar in de hand stond, met het stukje vel er nog aan. Dat is toen opgestuurd naar een dermatoloog." Boven op haar hoofd werd het haar steeds dunner. "Je zag het vooral op foto's en mensen in mijn omgeving zeiden: je wordt kaal!"

Haar oma had ook dun haar, maar zij werd niet kaal. Haar ene broer heeft er ook last van, terwijl haar andere broer juist een dikke bos haar heeft. "Natuurlijk geeft een goede bos haar meer zelfvertrouwen, maar ik laat mijn leven niet beïnvloeden door mijn kaal-zijn. Iedereen heeft wel eens een *bad hair day*, alleen bij mij was het dagelijks. Vooral als je na het douchen je haar wilt verzorgen, word je ermee geconfronteerd." Mensen keken soms raar of stelden gekke vragen. "Zodra iemand 'anders' is kijken mensen naar je, maar ze hebben geen idee wat dat teweegbrengt. Als je drie keer op een dag een botte opmerking naar je hoofd geslingerd krijgt, word je daar niet vrolijk van."



"Het ziet er misschien een beetje eng uit, maar van dat reepje wegneemen voel je niets."

Gwendolyn Meyer  
Had last van haarproblemen

## Hormonen

Gwendolyn Meyer heeft verschillende klinieken en een dermatoloog bezocht, maar ze heeft het probleem ook een tijdje weggestopt. "Omdat ik een teveel aan mannelijke hormonen heb, ben ik eerst meer vrouwelijke hormonen gaan slikken. Maar daar werd ik dik van en het haarverlies stopte niet. Dus

was ik na een half jaar kalend én dik. Dat wilde ik niet. Toen ben ik een speciale lotion gaan gebruiken, maar daar kon ik niet goed tegen. Het brandde enorm op mijn hoofdhuid. Ook heb ik poeder gebruikt om te camoufleren, maar dat is slechts een tijdelijke oplossing. Ik moet er maar mee leren leven en dacht ik toen."

## FEITEN

- **Erfelijke kaalheid** komt voor zestig procent van moederskant en voor veertig procent van vaderskant.
- **Erfelijke kaalheid** kan een generatie overslaan.
- **In Nederland** heeft twintig procent vanaf z'n twintigste last van haaruitval en vijftig procent vanaf z'n vijftigste jaar.
- **Zeventig procent** van de mannen krijgt te maken met een vorm van kaalheid. Meer dan vroeger krijgen ook vrouwen te maken met haaruitval. Wellicht door stress, hormonen in vlees, de anticon-

- ceptiepijl of te weinig vitaminen?
- **Tien tot vijftien** procent van alle haartransplantaties wordt gedaan bij vrouwen.
- **Bij mannen** is de veroorzaker van haaruitval in veel gevallen het hormoon testosteron. Wanneer dit zich omzet in dihydrotestosteron, raakt de haargroei-cyclus verstoord. Met als gevolg dat de haarwortel stopt met haren produceren.
- **Preventie** is eigenlijk de belangrijkste tip tegen haarverlies. Dat kan bijvoorbeeld met een geneesmiddel dat haaruitval remt.



## MENINGEN

**Wat zijn de verschillende mogelijkheden op het gebied van haarverlies?**



Dr. Karin Leonhardt  
Transhair

"Mijn specialisaties zijn: Follicular Unit Transplantation (FUT), Follicular Unit Extraction (FUE) en Fréchet-Extender. De standaard-stripmethode (FUT) kan bij iedereen toegepast worden. Er wordt een reepje huid met haar uitgehaald en onder de microscoop verdeeld in *follicular units* die teruggeplaatst worden op de kale plekken. Bij de FUE-methode worden haargroepjes één voor één verwijderd. FUE wordt bij voorkeur toegepast bij kleine behandelingen, maar is niet voor iedereen geschikt. Bij mensen met fijn haar of kroeshaar kunnen de haren afbreken. Wij doen de stripmethode voor negentig procent bij mannen. Het kan op iedere leeftijd, ook bijvoorbeeld bij kinderen die door een ongeluk of kanker kaal zijn geworden. De Fréchet-Extender is vooral geschikt voor grote kaalheden op de kruin. De kale plek wordt eerst kleiner gemaakt door oprekking van de behaarde huid. Daarna vindt de transplantatie plaats. Het litteken is achteraf niet meer zichtbaar als dit gebied behandeld wordt met een haartransplantatie."



Dr. Erwin Plinck  
Haarkliniek

"Ik doe al vijftien jaar haartransplantaties volgens de stripmethode (behalve FUE). Onze polikliniek voor haar- en nagelziekten doet niet alleen haartransplantaties (gemiddeld één per week), maar behandelt alle vormen van haarproblemen. We zien hier ongeveer zestig procent vrouwen en veertig procent mannen. De leeftijd varieert van twee tot tachtig jaar. Bij haaruitval kunnen ook andere methoden gehanteerd worden zoals een lotion, een pil (alleen voor mannen), mesotherapie of combinaties hiervan. Bij mesotherapie worden bouwstoffen in de hoofdhuid geïnjecteerd. Deze methode werd eerst gebruikt bij huidverjonging. Nederland loopt wat achter op dit gebied. Maar preventief je haar verzorgen en onderhouden is natuurlijk het belangrijkste: met een speciale shampoo/conditioner, een borstel met echt (wildezwijnen)haar, föhnen eindigen met koude lucht, kwetsbaar haar niet verven/permanenent en (natuurlijke) vitaminen nemen."