



Für ihre starke Ausstrahlung bekommt Jenny heute oft Komplimente

## Jenny Latz (55) verlor mit 19 „Mein Leben

Jahrelang kämpfte Jenny gegen ihren Haarausfall. Ohne Erfolg. Nach Jahren des Unglücks lernte sie, damit zu leben. Hier erzählt sie ihre bewegende Geschichte

Die Katastrophe begann kurz nach meinem 19. Geburtstag. Nach dem Aufstehen fand ich büschelweise Haare auf dem Kopfkissen. Sie blieben im Kamm hängen, verstopften den Abfluss. Als ich in den Spiegel schaute, ahnte ich, dass sich mein Leben für immer verändert hatte. Mein Kopf war übersät von kahlen Stellen.

Dabei waren meine hüftlangen Haare mein ganzer Stolz gewesen. Fotografen hatte ich Modell gestanden. Andere hatten mich wegen meiner glänzenden Haarpracht beneidet.

Kreisrunder Haarausfall hieß die Diagnose. Zunächst gelang es mir, kahle Stellen durch Toupieren

und Haarspangen zu kaschieren. Ich hoffte, es wächst wieder. Bald, davon war ich überzeugt. Ich zog von Arzt zu Arzt auf der Suche nach dem Wundermittel.

### „Ich ging sogar zu einer Medizinfrau“

Mein erster Weg führte mich zu einer Hautärztin, die mir ein Wachstumsmittel verschrieb. Doch die Wirkung blieb aus. Ein alter Arzt empfahl mir, meinen Kopf jeden Morgen mit Eigenurin einzureiben. Vergeblich. Nach einem Besuch beim Homöopathen ließ ich mir das Amalgam aus den Zähnen entfernen. Die Haare rieselten weiter. Wenige Monate später war ich vollkommen kahl.

Fotos: Andreas Köhring (2), privat

# Jahren ihre prächtigen Haare mit Glatze“



Langes Haar Sie war so stolz, Verlust tat ihr lange weh



Gefragte Expertin Ihr Wissen gibt sie in Seminaren weiter



Ein toller Effekt – dank mehrerer Tücher

Es folgten weitere Versuche in Teststudien, sogar bei einer Medizinfrau in Afrika. Nichts half auf Dauer. Mein Leben schien vorbei, noch bevor es richtig begonnen hatte. Mit meinen Haaren glaubte ich meine Weiblichkeit, meine Schönheit für immer verloren.

### „Ich mochte mich endlich wieder selbst“

Es dauerte Jahre, bis ich den Wendepunkt erreichte. Ein Freund riet mir zur Flucht nach vorn. Und so begann ich, als Kunstmodell zu arbeiten. Dabei musste ich mich anstarren lassen. Schritt für Schritt gewöhnte ich mich daran, und langsam wuchs in mir ein neues Selbstwertgefühl. Ich fing an, mich wieder zu mögen.

Gute berate ich Menschen mit Haarausfall. Die meisten Formen lassen sich behandeln. Erster Ansprechpartner ist immer der Hautarzt. Der entscheidet über die richtige Therapie.

Auch wenn die Medizin nicht weiterhelfen kann, gibt es Wege aus der Hoffnungslosigkeit. Zunächst können Haarverdichtung, Perücke oder ein Verdichterspray ein neues Lebensgefühl schaffen. In einigen Fällen hilft auch eine Eigenhaarverpflanzung.

Doch jenseits all dieser Maßnahmen ist es das Wichtigste, sich selbst anzunehmen. Je weniger Probleme mir selbst der Haarausfall bereitet, desto weniger Schwierigkeiten haben meine Mitmenschen damit. Meine Klienten teilen diese Erfahrung. Wie eine Dame sagte: „Ich kam mit einem Kloß im Hals – und ging mit einem Lächeln.“ **Jenny Latz**

## „Viele Ursachen“



Prof. Gerhard Lutz, Hautarzt und Haarspezialist, Wesseling

### mach mal Pause: Woher kommt Haarausfall?

**Prof. Lutz:** Am häufigsten tritt der erbliche Haarausfall auf. Bei Frauen können Hormonstörungen hinzukommen. Diffuser Haarausfall kann auch an einem Mangel an Eisen, Zink oder Biotin liegen. Auch einige Medikamente verursachen Haarausfall. Beim kreisrunden Haarausfall wie bei Jenny Latz ist das Immunsystem gestört.

### mach mal Pause: Was kann man tun?

**Prof. Lutz:** Beim erblichen Haarausfall hilft der Wirkstoff Minoxidil. Bei Hormonstörungen kann eine antiandrogene Pille verschrieben werden. Mineralstoff- oder Vitaminmangel muss behoben werden. Bei kreisrundem Haarausfall kann, abhängig von Dauer und Ausmaß, Kortison, Zink oder eine Reiztherapie wirksam sein.

### mach mal Pause: Was erstatten die Kassen?

**Prof. Lutz:** Therapien bei erblichem Haarausfall werden nicht bezahlt. Die Kassen erstatten die Kosten nur, wenn es sich um andere, also krankhafte Formen des Haarausfalls handelt. Haarerersatz wird je nach Kasse und Art des Haarausfalls unterschiedlich bezuschusst. Haartransplantationen werden nur nach Unfällen erstattet.

## Selbsthilfe

### So berät Jenny Betroffene

Wenn sich Haare sichtbar lichten, entstehen oft Probleme im privaten Bereich, Angst am Arbeitsplatz oder der Verlust des Selbstwertgefühls. Dann sind Hilfe und moralische Unterstützung nötig oder sogar psychologischer Beistand. Jenny Latz berät Betroffene persönlich (80 €/Stunde), per E-Mail über [www.haircoaching.de](http://www.haircoaching.de) und per Telefon: 09 00/11 10 10 9, (0,98 Euro pro Minute aus dem deutschen Telekom-Festnetz, Mobil kostet mehr).