

Kein Grund, sich zu verstecken

Bei der Autoimmunerkrankung Alopecia areata fallen die Haare an kreisrunden Stellen aus. Vor allem am Anfang ist der Leidensdruck groß. Aber Patienten machen sich gegenseitig Mut.

Wer an Alopecia areata erkrankt, dem geht meist das Kopfhaar aus, manchmal aber auch die Gesichts- und Körperbehaarung. Mitunter ist es nur eine einzige Stelle, oft sind es mehrere. Allein in Deutschland sind anderthalb Millionen Menschen betroffen, schätzt der Verband Alopecia Areata e.V. Das entspricht knapp zwei Prozent der Bevölkerung. Am häufigsten tritt die Krankheit zwischen dem 10. und dem 30. Lebensjahr auf, häufig aber auch schon bei Kindern, ja sogar bei Babys.

Kerstin Zienert war gerade 20 geworden, als ihr die Haare büschelweise ausgingen. Was blieb, waren kreisrunde Leerstellen auf dem Kopf. Zunächst ein Schock. Für sie stellte sich die Frage, ob sie mit Haaren weiterleben wollte oder ohne. Bald entschied sie sich für ein Leben mit Haaren – also dafür, fortan Perücke zu tragen. „Das war auch eine Suche nach dem eigenen Ich“, erinnert sie sich. Das liegt 30 Jahre zurück.

HÄUFIGER RAT: ABWARTEN

„Mit der Erkrankung findet man schnell zu sich. Man merkt, ob Familie und Freunde

einen auffangen“, hat Zienert erlebt. Denn vor allem am Anfang ist der Leidensdruck groß. Haare rahmen schließlich das Gesicht, die Visitenkarte des Menschen. Sie sind ein Zeichen von Vitalität und Schönheit. Fallen die Haare aus, ist der Leidensdruck groß. Schwierig zudem: Es gibt bisher keine Therapie, die heilt. Behandlungen mit Kortison, Zinkpräparate, Vitaminkuren oder auch Immuntherapien können die Symptome zwar manchmal lindern, aber ob sie im Einzelfall wirken, ist nicht gewiss.

Oft wachsen die Haare aber auch nach einiger Zeit von allein wieder nach. „Bei

siebzig Prozent der Patienten kommt es innerhalb von fünf Jahren zu solchen Spontanremissionen“, erklärt Christopher Chrissostomou, Haarmediziner der Heidelberger Schönheitsklinik Proaesthetic. Ein häufiger Rat lautet deshalb: abwarten. Für die Patienten ist das allerdings schwer zu ertragen, zumal selbst die erhoffte Spontanheilung allzu oft nicht dazu führt, dass sich das Problem erledigt.

„Selbst wenn plötzlich wieder Haare wachsen, fallen sie in achtzig Prozent der Fälle über kurz oder lang wieder aus“, berichtet Chrissostomou. Und auch was in vielen anderen Fällen von Haarausfall eine Option ist, ist für die allermeisten Alopecia-areata-Patienten nichts: Haartransplantationen. Wenn der Mediziner, Spezialist auf diesem Gebiet, entsprechende Anfragen erhält, muss er die Patienten enttäuschen. „Die Gefahr ist zu groß, dass das Immunsystem auch die Wurzeln der transplantierten Haare angreift“, erklärt er.

IMMUNSYSTEM AUF ABWEGEN

Denn das ist es, was nach heutigem Kenntnisstand beim kreisrunden Haarausfall passiert: dass das Immunsystem sich fälschlicherweise gegen die eigene Körperbehaarung richtet. Wie es dazu kommt, ist nicht abschließend erforscht. „Dass es sich um eine Autoimmun- und nicht um eine Haar-erkrankung handelt, bedeutet auch, dass man auf sich aufpassen muss“, sagt Kerstin

Zienert. Zwar sind Alopecia-Patienten in der Regel durchaus vital. „Aber eine Autoimmunerkrankung kommt selten allein, und 60 Prozent der Menschen mit kreisrundem Haarausfall leiden zusätzlich an Neurodermitis, an Schilddrüsen-Erkrankungen oder etwa Morbus Crohn.“

Kerstin Zienert selbst hat längst ihren Weg gefunden, mit der Krankheit umzugehen. Nun hilft sie anderen, auch den ihren zu finden, und das sowohl ehrenamtlich als auch geschäftlich. In Nürnberg betreibt sie ein Geschäft mit Echthaar-Perücken. „Man denkt gar nicht, wer alles fremde Haare trägt. Auch für Profifußballer und bekannte Unternehmer habe ich schon ein passendes Modell gefunden“, berichtet sie. Achtzig Prozent aller Alopecia-Patienten tragen ihrer Schätzung nach Perücke, fünf bis zehn Prozent eine Glatze. Die übrigen hielten an ihrem eigenen Haar fest, vor allem dann, wenn es ihnen nur an einzelnen Stellen ausgeht.

Aber wie auch immer man sich entscheidet, ob für ein Leben mit Perücke oder ohne, eines ist Alopecia mit Sicherheit nicht: ein Grund sich zu verstecken. Für Kerstin Zienert selbst war die Perücke die erste Wahl, sie geht damit auch in die Sauna oder zum Schwimmen. Das funktioniert gut, sagt sie und fügt gleich hinzu: „Und so eine Perücke hat ja auch Vorteile: Denn wer kann ansonsten schon von sich sagen, Haare nach Wunsch zu haben?“ jl //

Rat und Austausch bei Alopecia areata

Im Verein Alopecia Areata Deutschland e.V. sind mehr als tausend Betroffene organisiert, unter ihnen auch Kerstin Zienert. Der Verband bringt Patienten in Kontakt und berät unter anderem zum Umgang mit der Krankheit, zur Wahl der Therapieform, Beantragung von Schwerbehindertenausweisen aufgrund einer chronischen Erkrankung oder auch etwa zur Abrechnung von Perücken über die Krankenkassen. Telefonische Beratung dienstags zwischen 10 und 12 Uhr sowie donnerstags zwischen 15 und 17 Uhr unter 02151-786006. Mehr Informationen im Internet unter www.kreisrunderhaarausfall.de