

Harmlosen Pilz in sechs Wochen vertreiben

So werden Sie **Schuppen** los

Der tollste Haarschnitt und die modernste Kleidung helfen nichts, wenn die Schultern mit unschönen Schneeflocken übersät sind: Schuppen.

Schuppen sind im Grunde nichts anderes als Hautzellenklumpen. Die Haut bildet ständig neue Zellen und stößt alte, verhornte Teile ab. Dieser Vorgang ist normal, denn damit wird die Schutzfunktion der Haut aufrechterhalten. Normalerweise sind diese winzigen Zellen nicht mit bloßem Auge erkennbar. Kommt es jedoch zu einer vermehrten Bildung von Hautzellen, werden diese als Schuppen sichtbar.

Dr. Jens Tesmann, Dermatologe im Hautzentrum Innenstadt in Stuttgart: „Die häufigste Ursache für Schuppen ist ein Hautpilz. Im

Grunde ist dieser ungefährlich. Er lebt auf der gesunden Kopfhaut, ohne Schuppen zu verursachen, und ernährt sich von Fetten aus den Talgdrüsen der Kopfhaut. Zum Problem wird dieser Hautpilz erst, wenn man zu fettiger Kopfhaut neigt oder wenn durch zu viel Stress oder eine Hormonumstellung die Fettproduktion der Talgdrüsen an-

geregt wird. **Dann produziert die Kopfhaut zu viel Talg, und der Pilz vermehrt sich.**“

Die Folge: Die Kopfhaut beginnt zu jucken, man kratzt sich immer wieder. Als Gegenmaßnahme bildet die Haut verstärkt Hautzellen, die dann als Schuppen rieseln.

Der Hautpilz kann aber mit einem speziellen Shampoo beseitigt werden, meist mit dem Wirkstoff Ketokonazol. „Das Shampoo sollte in der Regel jeden zweiten Tag benutzt werden. Dazwischen empfiehlt sich dann ein mildes Babyshampoo, um die Haare zu schonen“, sagt Dr. Jens Tesmann.

Meist reicht eine Zeitspanne von sechs Wochen, und die Schuppen sind verschwunden.

