

Diffuser Haarausfall

Diffuser Haarausfall kann mit gezielten Massnahmen behoben werden. Da diffuser Haarausfall in erster Linie ein Indiz für Nähr- und Mineralstoffmangel darstellt ist nach einer gründlichen Entsäuerung die Versorgung mit hochwertigen Nähr- und Mineralstoffen - sowohl äusserlich als auch innerlich - einer der ersten Schritte bei der erfolgreichen Massnahme gegen diffusen Haarausfall.

Autor: Zentrum der Gesundheit

Aktualisiert: 13. October 2019

Stand: 14. October 2019

Diffuser Haarausfall betrifft immer mehr Frauen

Bei diffusem Haarausfall handelt es sich um die am häufigsten auftretende Form des Haarausfalls. Dabei wird das Haar in seiner Gesamtheit immer lichter. Im Gegensatz zum sog. hormonell bedingten Haarausfall oder gar kreisrunden Haarausfall gehen die Haare bei diffusem Haarausfall also nicht nur an bestimmten Stellen aus (Hinterkopf, Geheimratsecken, etc.), sondern werden insgesamt immer weniger. Besonders Frauen sind von dieser Art Haarausfall betroffen und ihre Zahl wächst stetig.

Zwar sind Männer mit lichtem Haar in der Regel auch nicht gerade glücklich über ihr Aussehen, bei Frauen jedoch ist der Leidensdruck bedeutend grösser. Während Männer mit Glatze nicht unattraktiv sind, gilt das - zumindest in unserer westlichen Gesellschaft - für Frauen leider nicht. Allerdings verliert man/frau bei diffusem Haarausfall selten komplett alle Haare.

- Lesen Sie hier mehr: [Haarausfall bei Frauen](#)

Immer jüngere Menschen leiden an diffusem Haarausfall

Auffallend ist, dass in letzter Zeit auch immer mehr Kinder und Jugendliche an diffusem Haarausfall leiden. Die Erklärung hierfür liegt in den zunehmend schlechter werdenden Ernährungs- und Lebensgewohnheiten vieler junger Familien, was sich in chronischen Krankheiten und unangenehmen Symptomen in immer jüngeren Jahren zeigt. Das kann [Arthrose](#) sein, [Diabetes](#) oder eben auch Haarausfall.

- Lesen Sie hier mehr: [Haarausfall bei Kindern](#)

Die Auslöser von diffusem Haarausfall

Diffuser Haarausfall kann viele verschiedene Auslöser haben: Stress, Depressionen, Hormonschwankungen (Wechseljahre, Antibabypille, Schwangerschaft, Schilddrüsenprobleme), Medikamente (Chemotherapeutika, blutgerinnungshemmende Medikamente, Beta-Blocker (gegen Bluthochdruck), blutfettsenkende Medikamente, Schilddrüsen-Medikamente etc.), Bestrahlungen, Vergiftungen (Schwermetalle, Insektenvernichtungsmittel), Chemikalien in herkömmlichen Haarpflegeprodukten sowie Infektions- und Stoffwechselkrankheiten.

- Lesen Sie hier mehr: [Ursachen von Haarausfall](#)

Nährstoff- und Mineralstoffmangel im ganzen Körper

Viele dieser Auslöser können jedoch nur deshalb Haarausfall auslösen, weil der Körper bereits vorgeschwächt ist. Die heute übliche Ernährungsweise kann den Körper nicht annähernd mit der nötigen Menge an Nährstoffen, Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen versorgen, die er bräuchte, um mit Stress, seelischer Belastung, synthetischen Hormonen, Medikamenten, Krankheiten etc. fertig zu werden. Sie überlastet den Organismus ferner mit schädlichen sauren Stoffwechselschlacken und zerstört die gesunde Darmflora, so dass sich dort pathogene (krankheitserregende) Mikroorganismen niederlassen können. Das Immunsystem eines solchen modern ernährten Körpers ist daher mehr oder weniger angeschlagen.

Die eigentliche Grundursache jeden Haarausfalls ist also die aktuell übliche Lebensweise, insbesondere die gravierende Mangel- und Fehlernährung, die heute leider gang und gäbe ist, die als vollkommen normal betrachtet und die deshalb gar nicht – für die Erhaltung der Gesundheit – als schädlich erkannt wird.

Nährstoff- und Mineralstoffmangel in den Haarwurzeln

Bei diffusem Haarausfall ist die Haarwurzel daher mit Nähr- und Mineralstoffen vollkommen unterversorgt. Der Körper zieht die ursprünglich im Haarboden vorhandenen Nähr- und Mineralstoffe von dort ab, um sie anderweitig an lebenswichtigeren Stellen einzusetzen. Gleichzeitig werden im Haarboden Schlacken eingelagert, die sich als direkte Folge einer säurebildenden und mineralstoffarmen Ernährung und Lebensweise gebildet haben. Die Haarwurzeln finden also nichts von alldem vor, was sie für ein gesundes Gedeihen, Leben und Wachsen bräuchten. Statt dessen ist wirklich alles vorhanden, was sie in den schnellstmöglichen Tod treiben kann.

Wenn der Körper innerlich und äusserlich entschlackt, entsäuert und gleichzeitig remineralisiert wird, wenn er ausserdem mit Hilfe einer basischen Ernährung mit hochwertigen Nährstoffen versorgt wird, dann bleiben mehr als genug Nähr- und Mineralstoffe übrig, um auch Haarboden und Haarwurzeln wieder ausreichend zu versorgen. Erst dann kann endlich neues und kräftiges Haar wachsen. Falls Sie wissen möchten, ob Sie an einem Mineralstoffmangel leiden, können Sie diesen Text über die Diagnose von Mineralstoffmangel lesen.

Diffusen Haarausfall ganzheitlich behandeln

Unser ganzheitliches Basis-Konzept bei Haarausfall bezieht den gesamten Menschen mit ein. Es konzentriert sich also nicht „nur“ auf das Problem Haarausfall, sondern auf den ganzen Menschen. Es entgiftet, entschlackt, reinigt, mineralisiert und verleiht eine vollkommen neue Lebensenergie. Unser Basis-Konzept besteht aus 6 Komponenten, wobei unter 7. all jene Massnahmen zusammengefasst sind, welche unser Basis-Konzept ergänzen und begleiten können:

1. Ernährungsumstellung
2. Entsäuerung und Remineralisierung
3. Darmsanierung und Aufbau der Darmflora
4. Basische Haar- und Kopfhautpflege
5. Basische Körperpflege
6. Stress- und Angstbewältigung
7. Begleitverfahren gegen Haarausfall

Nachfolgend finden Sie eine kurze Erläuterung zu den Punkten 1, 2 und 4.

Zu 1. Ernährungsumstellung auf eine basische Ernährung

Schlechte Ernährungs- und Lebensgewohnheiten (Fertiggerichte, Genussgifte, Süssigkeiten, etc.) führen bekanntlich zur Übersäuerung des gesamten Organismus. Der Haarboden ist davon nicht ausgenommen. Im Gegenteil: Er gehört zu jenen Stellen im Körper, wo zu allererst Mineralien entnommen werden, um die aufgrund der ungesunden Ernährungs- und Lebensgewohnheiten in den Körper hereinströmende Säureflut zu neutralisieren. Also muss erstens die Säureflut gestoppt und gleichzeitig der Organismus mit hochwertigen Nährstoffen versorgt werden. Dies gelingt am besten mit einer basischen Ernährung.

Zu 2. Entsäuerung und Mineralstoffe zuführen

Zur Neutralisierung bereits vorhandener Säuren, zum Abbau von Giften und Schlacken (die über viele Jahre und Jahrzehnte hinweg angesammelt wurden) und zur Remineralisierung der körpereigenen Mineralstoffvorräte, ist - zumindest kurweise - die tägliche Einnahme eines organischen Mineralstoffkomplexes unumgänglich. Zur Harmonisierung des Säure-Basenhaushaltes eignet sich ganz besonders die Sango Meeres Koralle in ihrer ionisierten Form.

Integrieren Sie ausserdem spezielle Lebensmittel in Ihre Ernährung, die besonders reich an jenen Vitaminen und Mineralstoffen sind, welche bewiesenermassen Haarausfall stoppen und Haarneuwuchs anregen können. Siehe dazu unter Ernährung bei Haarausfall.

Zu 4. Basische Haar- und Kopfhautpflege

Gleichzeitig sollten nicht nur Körper und Haarboden von innen entsäuert und remineralisiert werden, sondern auch von aussen. Zu diesem Zweck ist ein naturbelassenes Basenshampoo das Mittel der Wahl.

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.



Link zum Artikel

<https://zdg.de/diffuser-haarausfall.html>