

En hårfin balance



Det er ikke nødvendigt at stå på hovedet eller gennemgå transplantationer for at få bedre og mere hår. Hovedbundsmassage, nye vaner og et farvel til stylingprodukter kan give gode resultater

Af Anette Kristine Poulsen



Hårmaske fra Aesop, 220 kr.



Leave-in balsamkur fra Purely Professional, 225 kr.



PR-foto



Hårbundsrens fra Aveda, 310 kr.



Fønbeskyttelsesserum fra Less is More, 230 kr.

Alle, der har set deres hårtotter samle sig i afløbet eller mærket, når elastikken pludselig kan snoes fire gange rundt om hestehalen frem for de sædvanlige to, ved, at det kan føles svært bekymrende. Selv fortrængte jeg det som noget, der nok gik over. Først da min skilning blev bredere med et tydeligt kig til hårbunden, tog jeg affære.

Kampen mod fældning og skridende skilninger involverede for mig en kombination af daglig hårbundsmassage med et beskyttende planteekstrakt, et farvel til silikoneholdige hårprodukter og et noget køligere forhold til føntørring. Hjulpel på vej af dansk-amerikanske **Lars Skjøth**, der er indehaver af **Hårkliniken**, og som de seneste to årtier har forsket i og arbejdet med hårtab. "Hårtab kan ikke bare stoppes. Du kan

også øge din mængde af hår med op til 50 procent", siger hårentusiasten, der som det første beder sine klienter om at holde sig fra voks, gelé, skum, hårlak og dét, der skal vise sig at være en yndlingsaversion: tørshampoo. Hvis man ikke kan undvære produkterne, er han dog til at tale med.

"Så længe – og det er vigtigt – at de kun kommer på håret og aldrig i nærheden af hårbunden, som eksempelvis er der, tørshampoo lander. For stylingrester kan lægge sig som en badehætte på hårbunden og forhindre håret i at vokse."

Hårpleje er som rødvin

Hans forløb for de cirka 40.000 mennesker, der hvert år bliver behandlet på hans klinikker i Danmark, USA og Mellemøsten, er, at håret bliver vurderet, fotograferet, og så skal man fremover bruge et individuelt blan-

det ekstrakt, der dagligt skal masseres ind i hårbunden.

Lars Skjøth giver også simple råd, der hverken inkluderer hårbundseks-trakter eller konsultationer.

"Daglig hårvask skader, men tricket for især langhårede er at koncentrere vask til den fedtproducerende hårbund," siger Lars Skjøth, som har set for mange udpinte længder strippet for fugt.

Han anbefaler at holde igen med det gamle husråd om 100 børstestrøg igennem håret om dagen:

"Det er som med rødvin. En smule er godt, men for meget kan være dræbende. For hvis du hiver for meget – uanset om det er toupering eller hård børstning – kan det give væksthæmmende ar i hårsækkene."

Men det er ikke en mirakelkur, der virker natten over. Afsæt nærmere fem til syv måneder og vær klar til

FEM FIF TIL BEDRE OG MERE HÅR

DROP SILIKONEHOLDIGE produkter i nærheden af hårbunden.

MINIMÉR VARMEBEHANDLINGER. Blæs med medium eller kold luft

BØRST LANGT HÅR fra neden og opad og undgå for meget hiven

GIV DIG SELV 30 sekunders daglig hårbundsmassage – gerne med en eksfolierende ekstrakt

at betale ca. 800 kr. om måneden for konsultationer og forbrug af ekstrakt, der består af en ikke specielt velduftende cocktail af fermenterede planter, eksfolierende mælkesyre og proteiner.

"For os har det springende punkt været at lave et ekstrakt, som er i stand til at få beskyttelsen fra eksempelvis antioxidanter bragt ned i hårsækken og dermed modvirke angreb – bl.a. hormonelle – så nye hårstrå kan få fred til at vokse," lyder forklaringen.

Når en hårsæk er død, er der dog intet at stille op, heller ikke ved hårmangel, som skyldes autoimmune sygdomme.

Personligt er jeg gået gennem stadiet tykt, tyndt og nu kraftigere hår igen. Det tog tre måneder at få bugt med fældningen, og ni måneder før den skridende skilning blev normal.

anpo@borsen.dk