

Meine
Zeit ist
JETZT!

9/2013
Deutschland € 3,50
Österreich € 4,00
Schweiz SFR 7,00

MODE
**Das wollen wir
jetzt haben!**
Die fünf Trends, die
diesen Winter wirklich
wichtig werden

MEDIZIN
**So krank
machen
Kliniken**
Ein Arzt warnt vor Risiken
und Nebenwirkungen
unserer Krankenhäuser

INTERVIEW
**Angela Merkel
im DONNA-
Gespräch**

**Wie ging
noch mal
Dating?**

Plötzlich wieder auf
Männer-Suche:
Geschichten von
Flirts und Fröschen

BEAUTY
20 überraschende
Anti-Aging-Tipps

**Hilfe, ich habe
eine Lebenskrise**
Kann ein Coach
helfen, wenn nichts
mehr geht?

Wo mein Herz zu Hause ist

Wir alle kennen sie: Orte der Sehnsucht - an die es uns immer
wieder zieht und die uns mit ganz besonderem Glück erfüllen.
Frauen erzählen von der Magie ihrer Seelenlandschaften



die Kopfhaut und sorgen für mehr Volumen. Achten Sie auch auf Ihre Ernährung: Grünes Gemüse enthält viele für den Haaraufbau wichtige Proteine. Und 1 TL Leinöl täglich liefert die fürs Haarwachstum wichtigen Omega-Fettsäuren.

DAS KANN DER FRISEUR TUN:

In speziellen Instituten wird ein Therapieplan angeboten – aus Ernährungstipps plus individuell gemixten Pflanzenpräparaten, die in die Kopfhaut massiert werden (infos: haarkliniken.de).

DAS KANN DER ARZT TUN:

Bei der Mesotherapie wird ein Cocktail aus Vitaminen und durchblutungs- oder wachstumsfördernden Substanzen per Injektionspistole in die Kopfhaut geschleust. „Nach rund drei Monaten zeigt sich meist eine Wirkung“, so Dr. Duve.

„JEDER TAG WAR EIN BAD HAIR DAY“

Die technische TÜV-Angestellte **Claudia Hoffmann, 30**, ließ sich eine Haarverdichtung mit der **Microlines-Methode von Hairdreams** machen. Wir fragten nach dem Leben davor – und danach



DONNA: Hatten Sie schon immer sehr dünnes Haar?

Claudia Hoffmann: Ja, das liegt bei uns in der Familie. Mein Vater hatte auch schütterere Haare. Schlimm war's in der Pubertät. Alle Freundinnen hatten tolles Haar, ich fühlte mich mit meinen Fusseln im Abseits.



Beeinflusste das Ihren Alltag?

Ich musste täglich die Haare waschen und mit Tonnen von Festiger und Spray aufwendig stylen, damit ich überhaupt einen Hauch von Fülle ins Haar bekam. Mit der hohen Stirn und den wenigen Haaren fühlte ich mich unweiblich, älter und unsicher. Bei mir war jeder Tag ein Bad Hair Day.

Die Lösung war eine Haarverdichtung. Wie funktionierte das?

Dabei wurde ein feines Netz mit eingeknüpften Haaren aus

Echthaar am Oberkopf mit hauchfeinen Kunststoffröhrchen an meinem Haar befestigt. Der schütterere Ansatz war so schnell kaschiert. Zur besseren Haltbarkeit und für ein angenehmes Tragegefühl zog man dann noch Eigenhaar durchs Netz, sodass es hinterher ganz natürlich aussah. Beim ersten Blick in den Spiegel dachte ich nur: „Wow, das bist wirklich du!“ Ich fühle mich viel femininer und lässiger seitdem.

Wie lange hält das neue Haar?

Sechs bis acht Monate. Toll war, dass ich es bereits nach wenigen Stunden vergessen hatte, weil es sich total normal anfühlte.

Ist die Pflege schwierig?

Ich muss weniger oft waschen, da der Ansatz nicht fettet wie beim eigenen Haar. Wichtig ist gründliches Spülen. Föhnen dauert länger, weil's ja mehr Haar ist. Lufttrocknen klappt aber prima.

DIE GEBEN VOLUMEN

Spezialisten zum Pflegen, Kräftigen und Stylen von dünnem Haar



1 „Elvital Arginin Resist X3

Pflege-Spray“, L'Oréal Paris, 6 Euro.

2 Haar-Fasern „Super Million Hair“, 30 Euro.

3 „Vital Kraft Akazien-Collagen Shampoo“, Guhl, 5 Euro.

4 Spezialmesser für den Calligraphy Cut (über calligraphy-cut.com).

5 „Invati Scalp Revitalizer“, Aveda, 69 Euro

TRICKS MIT SCHNITT & FARBE

• Schräg schneiden

Ein kleines Haarwunder ist der Calligraphy Cut. Dabei werden die Spitzen mit einem kleinen Messer mit gekippter Klinge (Calligraph, siehe Foto links) schräg geschnitten. Dadurch entsteht Bewegung, die das Haar insgesamt fülliger wirken lässt. Infos & Salonfinder unter calligraphy.cut.com

• Schön in der Mitte bleiben

Sleek Looks mit Seiten- oder Mittelscheitel betonen den Haarverlust besonders. Besser: leicht fransige Schnitte ohne exakten Scheitel, die von der Mitte des Kopfes frisiert werden.

• Mit Farben spielen

Strähnen in unterschiedlichen Farbtiefen lassen das Haar plastischer und damit opulenter wirken. Neu ist ein Zusatz, der die Farben vor dem Ineinanderfließen schützt. Dadurch kann die Farbe blitzschnell freihändig aufgetragen werden, das aufwendige Hantieren mit Folie entfällt (Color.id von Wella).