



Haarausfall bei Kindern – der Arzt weiß Rat

von Redaktion - letzte Aktualisierung: 13.06.2024

Das Wichtigste in Kürze

Für Kinder sind gesunde Haare sehr wichtig. Eltern sollten bei Erkrankungen der Haare schnell handeln.

Nährstoffmangel, Krankheitserreger und weitere Ursachen können jedoch zum Haarausfall bei Kindern führen. In diesem Fall ist eine gezielte Therapie nötig, um das Kind vor gravierenden psychischen Problemen zu schützen.

Was Sie bei Haarausfall des Kindes tun können und welche Maßnahmen schnell helfen, erfahren Sie in diesem Ratgeber.

Inhaltsverzeichnis

- Therapieformen gegen Haarausfall bei Kindern
- Krankheitserreger, die Haarausfall bei Kindern auslösen können
- Alopecia areata – kreisrunder Haarausfall beim Kind
- Selbst herbeigeführter Haarausfall
- Vernarbender Haarausfall bei Kindern
- Was Eltern tun können

Mit Haarausfall ist meistens der übermäßige Verlust von Kopfhaaren gemeint. Das kann auch Kinder betreffen, die im Vergleich zu Erwachsenen noch stärker darunter leiden. **Bei Babys** kann Haarausfall **völlig normal** sein, weil sie beispielsweise zu lange auf einem Kopfbereich liegen. Kommt es allerdings zu Haarausfall, wenn der permanente Haarwuchs eingesetzt hat, ist es unbedingt notwendig, **die Ursache dafür zu finden**.

Als grobe Einteilung lassen sich folgende Formen des Haarausfalls unterscheiden:

- umschriebener Haarausfall, der auf ein bestimmtes Areal begrenzt ist,
- generalisierter oder diffuser Haarausfall, der über den gesamten Kopf auftritt,
- vernarbender Haarausfall und
- nicht vernarbender Haarausfall.

Therapieformen gegen Haarausfall bei Kindern

Für Kinder und auch deren Eltern ist Haarausfall häufig ein Schock. Die Reaktionen des Umfelds verschlimmern dies noch. Deshalb ist es besonders wichtig, die Kinder während der Therapie auch seelisch zu begleiten. Es ist wichtig, dass das Kind versteht, dass Haarverlust nicht der Weltuntergang ist. Kinder sollen sich auch bei ausgefallenen Haaren schön und wertvoll fühlen.

Wenn Kinder und Jugendliche von Haarausfall betroffen sind, sollten die **Eltern von Selbstversuchen absehen** und **zeitnah einen Arzt um Rat fragen**. Damit die Behandlung funktioniert, ist es notwendig, die Ursache zu wissen. Zudem sind die Heilungschancen viel besser, wenn die korrekte Behandlung sehr früh beginnt. Der richtige Ansprechpartner hier ist entweder der Hausarzt, der Dermatologe, der Kinderarzt oder ein Haarspezialist.

Erfahrene Haarspezialisten befassen sich ausschließlich mit Haarverlust und dessen Ursachen. So finden Sie Hintergründe, Formen und Hilfestellungen zur Behandlung bestimmter Formen des Haarausfalls sowie Tipps zur Prävention [im Beitrag von Haarspezialist Reza P. Azar](#).

Tipp: Auf die Ernährung achten!

Für gesunde Haare ist eine **gesunde Ernährung wichtig**. Zu viel Zucker und stark industriell verarbeitete Lebensmittel sind nicht gut für die Haare. Stattdessen sorgen frisches Obst, Beeren, Gemüse, Nüsse und Avocados für eine gesunde Haarpracht.

Um Haarverlust zu vermeiden, ist auch **die richtige Haarpflege** ein wesentlicher Punkt. Kämmen und Frisieren sollten vorsichtig erfolgen, um die Kopfhaut oder die Haarwurzeln nicht zu schädigen. Der Haarwuchs lässt sich auch etwas stimulieren mit einer Kopfhautmassage, die mit einem hochwertigen Öl durchgeführt wird, dem **ätherisches Öl von Lavendel, Zedernholz oder Thymian** beigemischt sind. Das entspannt und stimuliert. Das milde Shampoo sollte keine Reizstoffe und chemischen Zusatzstoffe enthalten.

Eine Haartransplantation als Therapieform bei Kindern wird nur äußerst selten durchgeführt. Bei Kindern ist es meistens effektiver, die Grunderkrankung zu behandeln und mit regenerativen Behandlungen das Haarwachstum wieder anzuregen. Da auch psychische Erkrankungen Ursache für den Haarverlust sein können, ist in manchen Fällen ein entsprechender Spezialist zu konsultieren.

Hauptprobleme, die zu Haarverlust führen können, sind neben den bereits erwähnten Gründen auch folgende:

- Nährstoffmangel: Es fehlen Eisen, Zink, Selen oder Vitamine. Dies lässt sich durch ein **Blutbild** leicht nachweisen.
- Schilddrüsenfunktionsstörungen
- Krankheitserreger
- selbst beigefügter Haarausfall

Krankheitserreger, die Haarausfall bei Kindern auslösen können

Bakterien, Pilze und Viren können ebenfalls Haarausfall bedingen. Am häufigsten sind dabei **Pilzinfektionen der Kopfhaut** als Ursache zu nennen. Sie führen zu einer schuppigen und entzündlichen Form des diffusen Haarausfalls. Dabei ist *Tinea capitis* die häufigste Form, die durch den Trichohyton-Pilz ausgelöst wird. Bei dieser **Dermatomykose** entstehen ringförmige Regionen, die von Schuppen umrandet sind.

Auch **Wimpern und Augenbrauen** können davon betroffen sein. Der Pilz dringt in die oberflächliche Kopfhaut ein und befällt den Haarschaft. Ein Abstrich und eine anschließende Zellkultur gibt Aufschluss über den genauen Pilztyp. Meist sind es **Pilze** des Trichophyton oder des Microsporum.

Wichtig für Kita- und Kindergarten-Kinder!

Solche Erkrankungen können ansteckend sein und sich im Kindergarten oder in der Tagespflege sehr schnell ausbreiten. Deshalb sollten Kinder weder Mützen, Bürsten noch Kissen mit anderen Kindern teilen.

Als Therapie gibt es hier spezielle Medikamente, sogenannte Antimykotika. Sie kommen zunächst lokal in Form einer Salbe zum Einsatz. Zeigt dies keinen Effekt, sind systemisch wirkende Medikamente notwendig. Dabei ist genau auf das Alter des Kindes abzustellen. Einige Medikamente sind für Kinder nicht geeignet.

Alopecia areata – kreisrunder Haarausfall beim Kind

Kreisrunder Haarausfall tritt typischerweise bei *Alopecia areata* auf. Etwa 0,03 bis 0,1 Prozent der Kinder erkranken daran, wobei Jungen und Mädchen gleich häufig davon betroffen sind. Diese Erkrankung tritt **sehr plötzlich** auf. Der Haarausfall verläuft ohne Schuppen und nicht vernarbend. Die zugrunde liegende Erkrankung ist eine Autoimmunerkrankung, bei der sich das körpereigene Immunsystem gegen den eigenen Körper richtet. In diesem Fall richtet es sich nur gegen die Haarwurzeln. Es hält die Haarwurzeln für körperfremd und muss sie bekämpfen. Dabei kommt es zu Entzündungsreaktionen, die den Haarausfall verursachen.

Nicht ganz klar ist, warum nicht der gesamte Kopf davon betroffen ist. **Diese Erkrankung ist genetisch bedingt** und kann immer wieder ausbrechen. Auch dauerhafter Haarverlust kann die Folge davon sein. 30 Prozent der Patienten zeigen gleichzeitig **Veränderungen der Nägel**. Tritt diese Erkrankung im Grundschulalter auf, kann das schwerwiegende Gruppenzugehörigkeitsprobleme und Identitätskonflikte zur Folge haben.

Kranke Kinder benötigen Trost und Geborgenheit. Bei Haarausfall sollten Sie Ihrem Kind erklären, dass es auch ohne Haare schön und wertvoll ist.

Selbst herbeigeführter Haarausfall

Diese Art von Haarausfall ist seelisch bedingt. Die Betroffenen führen den Haarausfall selbst herbei. Das ist in Pubertät und Jugendalter häufiger der Fall. Bei der **Trichotillomanie** reißen die Patienten sich die Haare selbst aus. Sie **rupfen, zupfen, ziehen, reiben** und drehen an den Haaren. Bei Jungs tritt diese Erkrankung vermehrt im Kindesalter auf, während Mädchen in der Pubertät eher davon betroffen sind. Dabei entstehen nicht begrenzte Bereiche mit ausgerissenen oder abgebrochenen Haare in unterschiedlicher Länge. Ein **Zupftest beim Arzt** verläuft meist negativ.

Bei einer mikroskopischen Untersuchung sind Hauteinblutungen zu erkennen. Zu den Ursachen zählen **Stress, Ängste, der Verlust einer wichtigen Bezugsperson** oder eine Scheidung.

Trichemnomanie ist eine weitere Form des selbstinduzierten Haarausfalls. Die Patienten schneiden sich dabei die Haare ab.

Von der **Traktionsalopecie** sind vor allem Kinder betroffen, die immer eine Pferdeschwanzfrisur tragen. Der Zug auf die vordere Haarpartie löst hierbei den Haarausfall am vorderen Haaransatz aus. Andere mechanische Reizungen können zu heftiges Kämmen oder strammes Flechten der Haare sein. Auch Shampoos oder der heiße Fön begünstigt diese Art von Haarausfall.

Vernarbender Haarausfall bei Kindern

Vernarbender Haarausfall ist meist auf eine tiefliegende Pilzinfektion zurückzuführen. Auch blasenbildende Hauterkrankungen beispielsweise **Epidermolysis bullosa** oder **Lichen ruber follicularis** können die Ursache sein. Ebenso können Immunerkrankungen zu einer vernarbenden Form des Haarausfalls führen, beispielsweise **Lupus erythematoses**.

Was Eltern tun können

Zwischen „normalem“ Haarausfall und Haarausfall, der behandelt werden muss, liegt jede Menge der Pracht. In Zahlen ausgedrückt bedeutet das:

Kinder, die täglich 50 bis 70 Haare verlieren, leiden nicht an Haarausfall. Dieser Wert sei Kinderärzten zufolge ganz „normal“. Solange die Haare nicht büschelweise ausgehen, sich Entzündungen oder kahle Stellen am Kopf bilden, gibt es demnach keinen Grund zur Besorgnis. Auch wenn der vermehrte Haarausfall nur zwei bis drei Monate dauert, wird in der Praxis nicht von einem krankheitsbedingten Haarausfall ausgegangen.

Eltern sollten die Haarpracht ihrer Kinder im Blick halten – inkl. der Ernährung des Nachwuchses und das Verhalten. So kann schnell ersichtlich werden, ob die Vitaminauswahl nicht gut ist fürs Haar oder ob ein krankhaftes Verhalten den Haarausfall bedingt. Auch der Wechsel vom Kindesalter in die Pubertät, der mit einem hormonellen Durcheinander im kindlichen Körper einhergeht, kann einen Wandel der Haarstruktur auslösen.

(40 Bewertungen, Durchschnitt: **4,73** von 5)

Bildnachweise: © fizkes - stock.adobe.com, © Photographee.eu - stock.adobe.com (nach Reihenfolge im Beitrag sortiert)

Hinweis: Das Informationsangebot auf Kita.de rund um die Gesundheit von Kindern und Erwachsenen dient ausschließlich der Information und ersetzt nicht eine persönliche Beratung, Untersuchung oder Diagnose durch einen approbierten Arzt. Die von uns zur Verfügung gestellten Inhalte können und dürfen nicht zur Erstellung eigenständiger Diagnosen und/oder einer Eigenmedikation verwendet werden. Auch rechtliche Inhalte auf Kita.de stellen keine individuelle Rechtsberatung dar und ersetzen nicht die Beratung durch einen Rechtsanwalt oder Steuerberater. Beachten Sie bitte auch den [Haftungsausschluss](#).

Wir freuen uns auf Ihren Kommentar

Deine E-Mail-Adresse wird nicht veröffentlicht. Erforderliche Felder sind mit * markiert

Ihr Kommentar:

Ihr Name*: