
Subject: Alopecia Areata und Yoga
Posted by [Max01](#) on Thu, 11 May 2017 07:44:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

da kreisrunder Haarausfall oft mit Stresssituationen zu tun hat, wollte ich mal fragen, ob jemand positive Erfahrungen mit Yogaübungen hat?

Eine neue Studie im LKH Graz (im Jänner 2017 gestartet) will einen Zusammenhang zwischen kreisrundem Haarausfall und psychosomatischen Hintergründen untersuchen. Daher wäre es meines Erachtens naheliegend, dass entspannende Yogaübungen, insbesondere Yoga nidra, Abhilfe oder zumindest Linderung schaffen könnten.

Eine befreundete Yogalehrerin meiner Eltern, Lola Wagner aus Altmünster (OÖ), ist spezialisiert auf Yoga nidra und legt sehr viel Wert auf Atemübungen. Wenn ich das nächste mal daheim in Oberösterreich bin, werde ich mich mal mit ihr unterhalten und dann berichten

Bis dahin würde ich mich auf Erfahrungen anderer freuen.

LG
Max

Subject: Aw: Alopecia Areata und Yoga
Posted by [Max01](#) on Thu, 11 May 2017 07:49:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zur erwähnten Studie:

Diese Studie wird am LKH Graz durchgeführt. Wenn man auf Google die Stichworte "alopecia areata graz" eingibt, kommt man auf einen entsprechenden Bericht des ORF (Österreichischer Rundfunk) vom Jänner 2017. Die Studie wird von Univ.-Prof. Daisy Kopera, angeblich einer Expertin auf diesem Gebiet, betreut. Leider konnte ich keine weiteren Infos über diese Studie finden - auch nicht, ob noch weitere Studienteilnehmer gesucht werden.
