
Subject: 12° minus und nun?????

Posted by [Pechmarie](#) on Sun, 26 Jan 2014 09:46:50 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo an alle Leidensgenossinnen,

ich bilde mir ein, normalerweise recht locker mit meinem Haarstatus umzugehen, doch jetzt macht es mir so langsam die Jahreszeit unmöglich.

Ihr alle wisst vermutlich wie es ist, wenn man eine Mütze aufsetzen muss , weil man die Kälte anders nicht erträgt. Im Büro angekommen muss man sie absetzen, aber was nun? Man sieht nach dem Tragen der Mütze mit wenig Haaren noch schlimmer aus als sonst - wenn das überhaupt noch möglich ist.

Fitnessstudio: Fehlanzeige! Auch hier das gleiche Problem. Man möchte sich so doch wirklich niemandem zeigen.

Ich bin relativ ratlos.Wie löst Ihr das Problem? Vielleicht bin ich auch nur etwas einfallslos und hoffe auf gute Ideen oder Anregungen!

Pechmarie

Subject: Aw: 12° minus und nun?????

Posted by [Binne](#) on Sun, 26 Jan 2014 19:01:41 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es gibt doch da diese Ohrschützer, die mittlerweile echt viel getragen werden und die auch richtig "stylish" aussehen.. die halten zumindest die Ohren warm und die Haare bleiben unangetastet

Subject: Aw: 12° minus und nun?????

Posted by [Pechmarie](#) on Mon, 27 Jan 2014 05:08:21 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hast Recht Binne:thumbup:, auf die Idee bin ich noch gar nicht gekommen, allerdings ist es in Hamburg meist recht windig so wie heute Morgen. Wir haben den ersten Schnee in diesem Jahr. Na gut, dann müssen mich die Kollegen eben wieder so ertragen wie ich bin und ich muss hoch erhobenen Hauptes durch und so tun, als ist alles im grünen Bereich !

Doch meist sieht man selbst ohnehin mehr als die anderen , denn die schauen ja nicht nur auf den Kopf.

Schönen Wochenanfang!

Gruß Pechmarie

Subject: Aw: 12° minus und nun?????
Posted by [Mona](#) on Mon, 27 Jan 2014 09:54:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Pechmarie

Für mich habe ich solche Situationen etwas anders gelöst, da ich befürchte, dass ich - "nur" mit einem Ohrenwärmer geschützt - wahrscheinlich den ganzen Winter lang erkältet wäre.

Mit Haarersatz gibts für mich nur noch Wintermäntel/-jacken mit großer Kapuze. Und es muss ein Innenfell dabei sein, welches man (auch in die Kapuze!!!) hineinknöpfen kann. Die Kapuze ziehe ich dann halt über den Kopf, wenn nötig. Die Haare werden aber nicht gedrückt, da Fell drin ist, welches locker am Haar anliegt und die Frisur nicht verschandelt. Ich ziehe natürlich nicht den Kordelzug straff an, sondern halte die Kapuze vorne mit einer Hand ein wenig zusammen. Wenn es nicht gerade extrem windig ist, ist das aber auch nichtmal nötig.

Liebe Grüße, Mona

Subject: Aw: 12° minus und nun?????
Posted by [Binne](#) on Mon, 27 Jan 2014 21:03:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Mona, hält denn ein Haarersatz es nicht mal aus, etwas "gedrückt" zu werden???

Mütze sollte doch kein Problem sein, oder?

Ich bekomme auch bald mein erstes HT und ich habe eigentlich nicht vor, mein geliebtes Hobby, das Reiten, aufzugeben... da trägt man ja richtig ENG einen ReiterHELM...

Was meinst du dazu?

Lg, Binne

Subject: Aw: 12° minus und nun?????
Posted by [Pechmarie](#) on Tue, 28 Jan 2014 05:07:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mona,

das ist super mit den Kapuzen, doch leider sind meine Mantelkäufe bereits abgeschlossen. Doch für die Zukunft werde ich mir das merken!

Vielen Dank.

LG Pechmarie

Subject: Aw: 12° minus und nun?????

Posted by [Pechmarie](#) on Tue, 28 Jan 2014 05:10:19 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Binne, das kommt sicherlich auf Deine Haare an. Also wenn ich meine Mütze auf hatte, dann müsste ich eigentlich danach die Haare neu stylen. Ich habe eine ziemlich enge Mütze im 20er Jahre Stil, die mir recht gut steht - aber auch nur, solange ich sie aufhabe.

Viel Glück!

Subject: Aw: 12° minus und nun?????

Posted by [Mona](#) on Tue, 28 Jan 2014 06:20:56 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Guten Morgen, liebe Binne

Binne schrieb am Mon, 27 January 2014 22:03@Mona, hält denn ein Haarersatz es nicht mal aus, etwas "gedrückt" zu werden??? Mütze sollte doch kein Problem sein, oder?
Mir ging es ja zunächst um die Möglichkeiten. Wenn man z.B. bei strengem Winter von zuhause ins Auto, vom Auto in den Job oder beispielsweise in die Arztpraxis/den Supermarkt/ein Restaurant etc. hin und her pendeln muss, dann möchte man ja einerseits vor dem Wetter geschützt sein und andererseits "im Hause" jeweils ohne Kopfbedeckung sein. Und man möchte bestimmt auch nicht immer zuerst eine Toilette aufsuchen müssen, um die Haare/die Frisur zu kontrollieren und wieder zu richten. Wer Haarersatz trägt, hat ja nicht immer langes, glattes Haar. Ein Styling mit z.B. einem Nass-Effekt oder auch eine Frisur, die mit Haarspray fixiert wurde, kann nach Abnehmen einer Mütze dahin sein, so dass man sich wohl zuerst drum kümmern müsste, wenn man irgendwo angekommen ist. Das erspar' ich mir, wenn es doch andere Möglichkeiten gibt.

Ein Problem wäre es nicht, eine Mütze zu tragen, ich selber trage auch Mützen, wenn ich mit dem Hund raus gehe im Winter - allerdings dann ohne Haarersatz darunter. Mein Umgang/Leben mit Haarersatz kann da aber auch kein Maßstab sein, denn ich habe mir alles im Laufe der vielen Haarersatz-Jahre nach pragmatischen Überlegungen eingerichtet. Und da sage ich mir: Warum soll ich es mir schwer machen, wenn es einfacher geht? Prämissen: Haarersatz schonen, Zeit und Mühe sparen, so viel Lebensqualität erhalten, wie möglich und die Haarersatz-Beeinträchtigungen auf ein Minimum reduzieren.

Das ist aber alles sehr individuell und gerade in Sachen "Mütze tragen ohne Haarersatz darunter" habe ich schon von etlichen Frauen am Telefon gehört: "Das traust du dich? " Ja, inzwischen schon. Wie oft hat mir jemand Fremder die Mütze abgezogen in meinem Leben?

Noch nie. Also darf ich auch für die Zukunft recht zuversichtlich sein, dass das nicht passieren wird.

Zitat:...Ich bekomme auch bald mein erstes HT und ich habe eigentlich nicht vor, mein geliebtes Hobby, das Reiten, aufzugeben... da trägt man ja richtig ENG einen ReiterHELM...

Was meinst du dazu?

Das ist schwierig zu beantworten. Theoretisch kann man selbstverständlich Haarersatz tragen unter Mützen und auch unter einem Helm - klar. Es wird aber wohl kein Hersteller eine Garantie dafür geben, dass der Haarersatz nicht darunter leiden und sich die Lebensdauer dadurch nicht verkürzen kann. Ausschlaggebend ist zum Teil natürlich die Art des Haarersatzes/der Knüpftechnik etc... Andauerndes und vor allen Dingen auch recht extremes "Abknicken" der Haare am Monturansatz ist aber immer und grundlegend eine heikle Geschichte.

An deiner Stelle würde ich auf jeden Fall 2 Haarteile haben. Man kann nicht auf alles verzichten, was einem lieb und wichtig ist - Stichwort Lebensqualität. Andererseits kann es auch nicht angehen, dass man jeden Cent für Haarersatz an die Seite legen muss, weil man Hobbys hat, die dem Haarersatz nicht zuträglich sind. Daher würde ich einen Haarersatz zum Reiten tragen und einen zuhause haben, welcher nicht den Strapazen durch Helm-Tragen ausgesetzt ist - für alle anderen Belange im Leben. So hat man zwar für den Anfang die doppelte finanzielle Belastung, danach aber nicht mehr. Man kann den "guten Haarersatz" später zum Reiten "heruntersetzen" und braucht immer nur einen Haarersatz nachzubestellen.

Liebe Grüße, Mona

Subject: Aw: 12° minus und nun?????

Posted by [M_a_n_u](#) on Tue, 28 Jan 2014 06:36:55 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ich trage ja ein permanent befestigtes Haarteil und habe daher nicht die Wahl, meinen Haarersatz unter einer Mütze ausziehen oder nicht. Ich hatte auf jeden Fall schon oft eine Mütze auf (auch schon ein paar mal einen Motorsägenhelm - das dürfte jetzt bei den meisten Menschen hier nicht vorkommen). Ich kann nur von mir berichten, dass das bei mir unproblematisch ist. Als ich noch kein Haarteil hatte, ging es mir wie Pechmarie. Mütze aufsetzen - ok, aber dann um Gottes Willen nicht mehr absetzen. Alle Fusseln klebten dann an meinem Kopf. Das war unerträglich.

Jetzt ist das kein Problem mehr.

Natürlich werden die Haare des HT durch die Reibung der Mütze mehr belastet als ohne.

Man trägt die Mütze aber normalerweise nicht täglich stundenlang.

Gruß
Manu

Subject: Aw: 12° minus und nun?????
Posted by [Binne](#) on Tue, 28 Jan 2014 08:30:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke Mona, für deine ausführliche Antwort!

Mittelfristig gesehen werde ich mir ein zweites HT zulegen; sicher ist sicher, aber nun schaue ich erst einmal, wie ich mit dem einen klarkomme und es ist natürlich auch ein hoher Kostenfaktor...

Vielleicht handhabe ich es so wie du, dass ich zum Reiten zunächst erst mal gar kein HT tragen werde (du schriebs ja, dass du unter einer Mütze kein HT trägst) ; die Mädels dort schauen überhaupt nicht nach HAAREN; dort im Reitstall rennen alle dermaßen ungestylt herum, dass ich mich bestimmt trauen würde, noch eine Weile ohne HT dort aufzutauchen.

Wenn ich dann mein zweiten HT habe, kann ich ja das ältere für sportliche Aktivitäten tragen..

Was meinst du denn damit, dass die Haare des HT unter dem Helm "abknicken"? Werden sie durch den Zug vom Helm aus ihrer Montur gelöst oder was meinst du damit?

Ach mensch, ist schon echt blöd, wenn man durch die Haare so gehandicapt ist.... einmal im Leben völlig angstfrei in einen Pool springen und die Haare danach völlig relaxt vom Wind trocknen lassen... das wärs

Aber wie schrieb neulich mir eine Freundin: "... wir haben sonst so viel Glück im Leben" .. mit dem bißchen Haarteil arrangieren wir uns auch noch...

Und da hat sie schön Recht!

LG!

Subject: Aw: 12° minus und nun?????
Posted by [Mona](#) on Tue, 28 Jan 2014 09:47:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Binne

Zitat:...Was meinst du denn damit, dass die Haare des HT unter dem Helm "abknicken"? Werden sie durch den Zug vom Helm aus ihrer Montur gelöst oder was meinst du damit?...
Schwer zu definieren, je nach dem, welche Montur und Verarbeitung vorliegen, welche

"Einwirkung" stattfindet und um welche Materialien es sich handelt bei der Kopfbedeckung. Es KANN sich negativ auswirken, muss aber nicht zwingend. Zumindest aber sollte man sich dessen bewusst sein und schon sowieso, wenn man nur einen einzigen Haarersatz besitzt. Ein straff sitzender, unflexibler Helm übt mehr Druck aus, als eine Mütze etc... Möglich sind beispielsweise Strukturschäden an den Haaren, welche schlimmstenfalls ein Frisieren unmöglich machen und die Haare letztlich "unbrauchbar" machen können. Wird oft und massiv Druck ausgeübt, kann das Haar am Monturansatz brechen. KANN, muss aber nicht zwingend. Man sollte das aber zumindest im Hinterkopf behalten. Es sei denn, Geld spielt keine Rolle...

Zitat:...Ach mensch, ist schon echt blöd, wenn man durch die Haare so gehandicapt ist.... einmal im Leben völlig angstfrei in einen Pool springen und die Haare danach völlig relaxt vom Wind trocknen lassen... das wärs...

Oder einfach den Blickwinkel ein wenig ändern und sich sagen: "Hey, das Leben ist doch schön! Ich bin gesund und fit, habe einen guten Job, einen klasse Partner oder eine tolle Familie (oder, oder, oder), mir fehlen NUR eigene Haare. Aber so lange es wirklich gelungene Alternativen gibt... so what? Und wer braucht schon einen Pool, wo es doch soooo viele andere Abenteuer im Leben gibt, die auch mit Haarersatz Spaß machen!?"

Ich bin der Ansicht und habe es auch selber so erfahren, dass die meisten Probleme IM Kopf bestehen - nicht AUF dem Kopf. Eine Akzeptenz finden, sich ohne Wenn und Aber arrangieren können und ja, auch den Punkt erreichen, dass man dem vorherigen Leben nicht nachtrauert, sondern frisch motiviert neue Wege sucht - all' das will erlernt sein und bedarf sicher auch einiger Überwindung. ABER: Wir alle, die auf Haarersatz angewiesen sind, haben doch die Wahl! Ausnahmslos JEDER kann an sich arbeiten, etwas bewegen, etwas verändern und auch mit Haarersatz glücklich werden! Menschen ohne Beine leben glücklich, Menschen ohne Augenlicht leben glücklich - und als Mensch ohne Eigenhaar soll das nicht gelingen??? Das habe ich für mich nie akzeptiert und den Gedanken nie zugelassen. Ich will gar nicht so weit gehen und es als "Selbstmitleid" bezeichnen. Aber ansatzweise neigen sehr viele Betroffene zu ähnlichen Befindlichkeiten - wenn man ehrlich zu sich selber ist, ertappt sich fast jeder, oder? Wenn alles an Therapien etc. ausgeschöpft ist, dann wird es Zeit, sich von dem Wunsch nach vollem Eigenhaar zu verabschieden. Ganz bewusst und mit voller Motivation, sich neu aufzustellen. Es geht nicht darum, was man hatte, sondern darum, sich über das zu freuen, was man bekommen kann. Und das ist eine ganze Menge, wenn man nur bereit dazu ist und es annehmen mag.

Stundenlang beim Frisör sitzen zum "Waschen-Schneiden-Legen" und alle paar Wochen noch länger sitzen zum Färben oder für eine Dauerwelle? Nö, ich nicht.

Graue Haare bekommen? Nene, ich nicht.

Und wenn es tatsächlich das Badevergnügen im Wellnesstempel sein soll (Stichwort Pool): Rein in die Umkleidekabine, Haarersatz in den abschließbaren Schrank, eine trendige Badekappe aufziehen - fertig. Nachher umgekehrt und ich bin garantiert die Erste an der Saftbar, denn Haare trocken rubbeln und fönen? Nö, ich nicht: Frisur wieder aufsetzen und fertig.

Liebe Grüße, Mona

Subject: Aw: 12° minus und nun?????

Posted by [Brownie](#) on Wed, 29 Jan 2014 12:43:34 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielen Dank Mona für deine Worte.

Solche Statements sind die Gedankenhilfe, die ich hier suchte.

Lebenshilfe und mentale Anstöße; nicht immer nur Medikamentenpläne und Blutwerte.

LG
