

---

Subject: Wachstumsphasen des Haares

Posted by [AJKV](#) on Thu, 09 Oct 2008 15:10:07 GMT

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

---

In der Regel dauert der Lebenszyklus eines Haares ungefähr 7 Jahre. Er ist durch verschiedene Phasen gekennzeichnet:

\* In der Wachstumsphase (Anagenphase) wächst das Haar ungefähr einen Millimeter in drei Tagen. Dabei ist die Wachstumsgeschwindigkeit und die Dauer je nach Körperregion unterschiedlich. Das ist genetisch festgelegt. Diese Phase dauert bei Männern 2 bis 4 Jahre und bei Frauen 4 bis 6 Jahre an.

\* Nach der Wachstumsphase durchlebt das Haar eine Übergangsphase (Katagenphase) von 2 bis 4 Wochen.

\* Daran schließt sich eine Ruhephase (Telogenphase) an, die ungefähr 3 bis 4 Monate dauert. Auch die Dauer der Ruhephase ist regional unterschiedlich, z. B. beträgt sie für die Augenbrauen etwa 6 bis 8 Monate.

\* Nach der Ruhephase fällt das Haar aus und macht Platz für ein neues Haar. Das neue Haar wächst aus demselben Haarfollikel nach. In jedem Haarfollikel kann 10 bis 12 mal ein Haar nachwachsen.

---

## File Attachments

1) [wachstumsphasen.gif](#), downloaded 3403 times

