
Subject: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sat, 20 Apr 2013 22:44:04 GMT

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

Wen man diesen Artikel liest dann deutet alles darauf hin das Koffein ungesund ist:£
<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/kaffee-ungesund.html>

Postive Veränderungen kann man wohl erst nach Monaten erwarten. Ob diese dann auch positiven Einfluss auf den Haarwuchs haben ist dann die andere Frage.
Aber könnte mir das Gut vorstellen Aufgrund der Kausalität von Koffein - Insulin - Hormonen

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [me too](#) on Sun, 21 Apr 2013 08:31:34 GMT

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

Koffein und besonders Kaffee ist Teufelszeug.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Nina91](#) on Sun, 21 Apr 2013 08:34:22 GMT

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

Aufputzmittel lassen Haare schneller wachsen... Obs bei AGA so toll ist glaub ich noch nicht, weil ich denke das geht auf die Qualität der Haare.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [LeroySmith](#) on Sun, 21 Apr 2013 08:43:45 GMT

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

Kaffee würde ich auch wenn überhaupt nur moderat trinken, maximal ein paar fassen/woche. ich hab komplett aufgehört und nach ein oder zwei wochen fehlt er auch nicht mehr. vor allem in aktuellen studien mit diabetikern hat man herausgefunden dass der körper unter einfluss von kaffee probleme mit der blutzuckerregulierung bekommt.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Minimalbehaarung](#) on Sun, 21 Apr 2013 09:12:22 GMT

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

Also ich kenn viele Leute, die trotz jahrelangem, erheblichem Kaffee Konsum wundervolles makelloses Haar haben.

Ich trink wirklich nur ganz selten mal ne Tasse und merke dann aber auch, dass er mir ned gut tut (Herzrasen, Nervosität).

Aber in Zusammenhang auf Haarausfall würd ich Koffein mal ausschließen.

Naja jeder Organismus reagiert halt anders...

Mfg

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund
Posted by [vampu](#) on Sun, 21 Apr 2013 09:17:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie ist dass denn dann mit Koffeinhaltigen Shampoos a la Alpecin etc.?

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund
Posted by [Haare wie eine Leonie](#) on Sun, 21 Apr 2013 09:36:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was redet ihr da? Kaffee ist kerngesund, vor allem für die Leber. Neben ein paar hirnrissigen Negativberichten, gibt es sehr viele, die den Gesundheitsnutzen bestätigen. Das enthaltene Koffein kann zwar ab einer bestimmten Dosis vor allem empfindliche Menschen nervös machen, aber das darf es als Stimulanz ja wohl auch. Ich trinke am Wochenende gerne mal bis zu 10 Tassen, unter der Woche so zwei bis drei täglich. Ich habe sehr volles Haar. Vor ein paar Jahren hatte ich mal gelesen, man bekäme von Kaffee eine Gyno, weil er angeblich Östrogen forciert. Ich hingegen habe eine vom Krafttraining gestählte, absolut männliche Brust.

Jetzt fällt mir nix mehr ein, aber glaubt mir: Kaffee ist ein Geschenk der Götter.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund
Posted by [Minimalbehaarung](#) on Sun, 21 Apr 2013 09:40:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also bei mir hats ned geholfen, war mein erstes Mittel, dass ich ein Jahr lang zur Prävention benutzt habe.

Konnte über diesen Zeitraum keine Verbesserung feststellen, nur dieses belebende Gefühl bei der Anwendung war recht angenehm!

Letztendlich könnt ich mir in den Arsch treten, dass ich dieses Forum nicht eher ernst genommen habe.

Kannte zu der Zeit auch keine anderen Mittel, Werbung und Freunde haben halt zu Alpecin

geraten.

mfg

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Haare wie eine Leonie](#) on Sun, 21 Apr 2013 10:32:01 GMT

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

Werbung darf ja eigentlich nicht lügen, sondern nur unter den Tisch fallen lassen, hat mir mal jemand gesagt.

Aber eigentlich behaupten die doch felsenfest, Alpecin würde gegen den Haarausfall helfen. Warum dürfen die das behaupten? Oder wäre in diesem Falle die "Verheimlichung", dass es nur bei zwei von 4 Milliarden Menschen oder bei Meerschweinchen wirkt?

Da fällt mir ein:

In letzter Zeit kommt auf einem Shop-Kanal im TV so ne Werbung über einen Kamm mit rotem und blauen Licht.

Die behaupten, selbst eine Glatze würde davon profitieren.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 21 Apr 2013 10:41:50 GMT

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

Auf die Haare wirds keinerlei Einfluss haben aber ungesund ist Kaffee nicht zwangsläufig. In Maßen wie alles.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/ernaehrung/kaffee-wirkt-eher-positiv-auf-die-gesundheit-als-negativ-a-835941.html>

<http://www.gesundheit.de/ernaehrung/richtig-trinken/tee-und-kaffee/kaffee>

<http://www.dr-feil.com/lebensmittel/kaffee-gesund-koffein-getraenke.html>

<http://www.apotheken-umschau.de/Ernaehrung/Kaffee-Gesund-oder-ungesund-170179.html>

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 21 Apr 2013 10:43:18 GMT

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

Haare wie eine Leonie schrieb am Sun, 21 April 2013 12:32 Werbung darf ja eigentlich nicht lügen, sondern nur unter den Tisch fallen lassen, hat mir mal jemand gesagt.

Aber eigentlich behaupten die doch felsenfest, Alpecin würde gegen den Haarausfall helfen. Warum dürfen die das behaupten? Oder wäre in diesem Falle die "Verheimlichung", dass es

nur bei zwei von 4 Milliarden Menschen oder bei Meerschweinchen wirkt?

Da fällt mir ein:

In letzter Zeit kommt auf einem Shop-Kanal im TV so ne Werbung über einen Kamm mit rotem und blauen Licht.

Die behaupten, selbst eine Glatze würde davon profitieren.

Sagt er in der Werbung nicht "kann den Haarausfall stoppen?" ich bin nicht sicher, hat sich mal irgendein Verein die Mühe gemacht die Wirkung von topischem Coffein für die Haare zu widerlegen?

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Minimalbehaarung](#) on Sun, 21 Apr 2013 10:49:17 GMT

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

Kann zur rechtlichen Grundlage dieser Werbespots leider nichts sagen, es ist jedoch regelrechte Volksverarsche.

Die werden sich schon abgesichert haben, dass man nicht gegen sie vorgehen kann...

Kann mich kaum noch an die Werbung erinnern, war das nicht (nachweisliche verlängerung der Wachstumsphase)?

Mein Bruder hat das Zeug zig Jahre + Tonicum im Badenzimmer gehabt, gebracht hat es sowie bei mir auch nix.

so far...

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 21 Apr 2013 10:54:31 GMT

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

Ich muss aber auch gestehen, dass mich Leute aufregen die wirklich Glauben dass es hilft, vor allem diese ultra naive Kausalität.

Im Grunde genommen sagen die einem ja "Koffein macht wach, also weckt es auch ihren Körper auf" ich habe neulich bei jemandem hier eine Signatur gesehen die einen bekannten User zitierte in etwa so "Wenn man mit Sperma Kinder zeugen kann warum dann nicht auch neue Haare?" oder so

Wobei ich gestehen muss, dass auch in meinem Bad ne ganze weile Coffein Shampoos standen, ich hab nie dran geglaubt aber man konnte ja "nie wissen"

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Paperbird](#) on Sun, 21 Apr 2013 13:37:21 GMT

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

Kaffee hat keinen Einfluß auf AGA. Totaler Quatsch, wer das behauptet.

Ein alter Schulkumpel von mir hat noch nie Kaffee getrunken, weil ihm nicht schmeckt. Er hatte aber mit Mitte 20 schon Stirnglatze u. mit 30 Endpunkt AGA.

Andere trinken Kaffee und haben noch Haare. (Trotz leichter Aga vielleicht.)

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [LeroySmith](#) on Sun, 21 Apr 2013 17:16:39 GMT

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

Paperbird schrieb am Sun, 21 April 2013 15:37Kaffee hat keinen Einfluß auf AGA. Totaler Quatsch, wer das behauptet.

Ein alter Schulkumpel von mir hat noch nie Kaffee getrunken, weil ihm nicht schmeckt. Er hatte aber mit Mitte 20 schon Stirnglatze u. mit 30 Endpunkt AGA.

Andere trinken Kaffee und haben noch Haare. (Trotz leichter Aga vielleicht.)

was ist das für eine irrationale Argumentation?? wenn man überhaupt keine genetische Neigung zu haarausfall hat kann man sicher literweise Kaffee trinken und es wird keine auswirkungen haben. einfluss kann er (zumindest theoretisch) nur dann haben wenn man an sich zu haarausfall neigt...

oft kommen beispiele von rauchenden, saufenden und sich von fast food ernährenden menschen die dennoch volles haar haben. das mag schon sein weil die einfach genetisch davor geifeit sind. bei einem menschen der an sich zu erblich bedingten haarausfall neigt kann man sicher nicht davon ausgehen dass der lebensstil keinen einfluss hat (zb schadet rauchen nachweislich). und auch leute die haarausfall haben sind wieder unterschiedlich und nicht jeder reagiert gleich.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Paperbird](#) on Sun, 21 Apr 2013 17:51:24 GMT

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

Eben, alles ist individuell.

Dann kann man aber auch keine Pauschal-Aussagen ernst nehmen, wie : "Kaffee fördert (bei genet. Veranlagung) immer Haarausfall.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 21 Apr 2013 18:17:41 GMT

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

Ach dieser Logik nach könnte man sowieso niemals nachweise ob es nun wirklich AGA "auslösen" kann falls AGA überhaupt einen Auslöser braucht.

Reine Spekulation die sich auf keine Fakten stützt, im Umkehrschluss sollen ja Zwiebeln die

Haare wieder wachsen lassen nicht wahr?

Guckt doch einfach mal bei Straight Edgern, die haben denselben AGA Schnitt wie jeder andere auch. Wer nicht weis was straight edge ist kanns gerne nachschlagen.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [LeroySmith](#) on Sun, 21 Apr 2013 18:23:17 GMT

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

was ich meine ist dass man genetisch bedingten Haarausfall sowieso nur bekommen kann wenn man die genetische veranlagung hat. hat man diese gibt es sicher gewisse dinge die den haarausfall auch noch beschleunigen können. ob da kaffee dazu gehört weiß ich nicht. mir selbst geht es ohne zumindest subjektiv besser. wenn man genetisch keinerlei neigung dazu hat kann man sich auch crystal meth reinziehen und man wird vollstes haar haben. man wirds zwar bald tot sein aber mit vollen Schopf

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 21 Apr 2013 18:37:31 GMT

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

Ich würd sogar fast soweit gehen zu sagen, dass sich eine AGA kaum beschleunigen lässt, außer durch Hormone oder harte Drogen.

Allerdings bekommen auch Non Aga Patienten von Meth oder Crack gern mal ne diffuse Ausdünnung am gesamten Kopf also auch an den Seiten.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [LeroySmith](#) on Sun, 21 Apr 2013 18:59:42 GMT

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

ja aber das ist dann denke ich eher einfach aufgrund der vergiftung. wenn jemand aufgrund von mineralstoff oder vitaminmangel haarausfall hat ist das ja auch normalerweise diffus.

extrembeispiel ist eine chemotherapie. geheimratsecken und Tonsur sind einfach der male pattern baldness vorbehalten.

also es kann natürlich pure einbildung sein aber ich hatte schon immer den eindruck wenn ich eine phase hatte wo ich viel getrunken und mich beschissen ernährt habe das sehr wohl einfluss auf meinen haarausfall hat. leider kann man so etwas sehr schwer objektiv messen. bzw sehen die haare die man noch hat dann einfach schlechter aus.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Haar2O](#) on Sun, 21 Apr 2013 22:40:38 GMT

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

Ich kann mich noch gut erinnern als ich bei mir die ersten Mature-Hairline-Ansätze bemerkt habe. Das war mit 17.

Von da an gings dann los mit Alpecin Shampoo + Liquid. Habe das knappe 3 Jahre täglich durchgezogen und Unmengen an Kohle rausgeschmissen. Tja..was soll ich sagen..mittlerweile nehm ich Fin, weils wirkt. Also zu sämtlichen Coffeingeschichten die die "Wachstumsphasen der Haare verlängern".

Coffein allein wird wahrscheinlich kaum Einfluss auf AGA haben...starke Mangelerscheinungen, harte Drogen (wie bereits erwähnt) usw. umso mehr.

Menschen die keine AGA haben können sowieso konsumieren was sie wollen.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 21 Apr 2013 23:44:09 GMT

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

Haar2O schrieb am Mon, 22 April 2013 00:40Ich kann mich noch gut erinnern als ich bei mir die ersten Mature-Hairline-Ansätze bemerkt habe. Das war mit 17.

Von da an gings dann los mit Alpecin Shampoo + Liquid. Habe das knappe 3 Jahre täglich durchgezogen und Unmengen an Kohle rausgeschmissen. Tja..was soll ich sagen..mittlerweile nehm ich Fin, weils wirkt. Also zu sämtlichen Coffeingeschichten die die "Wachstumsphasen der Haare verlängern".

Coffein allein wird wahrscheinlich kaum Einfluss auf AGA haben...starke Mangelerscheinungen, harte Drogen (wie bereits erwähnt) usw. umso mehr.

Menschen die keine AGA haben können sowieso konsumieren was sie wollen.

Eben nicht gerade bei denen kann man doch anhand der Haarstruktur und der Fülle (nicht der Haarlinie!) jeden Mangel ebenso schnell ansehen.

Allerdings halt auch reversibel. Bei uns ist es nicht anders, nur, dass die Haare unabhängig von Mangelerscheinungen halt sowieso ausfallen.

Der Grund für AGA ist keine Vergiftung oder Übersäuerung.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Haar2O](#) on Mon, 22 Apr 2013 06:02:56 GMT

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

[quote title=Knorkell schrieb am Mon, 22 April 2013 01:44]

Eben nicht gerade bei denen kann man doch anhand der Haarstruktur und der Fülle (nicht der Haarlinie!) jeden Mangel ebenso schnell ansehen.

Allerdings halt auch reversibel[/quote]

Eben deshalb können sie ja auch konsumieren wie sie wollen..weil es reversibel ist. Und dass AGA kein Mangel oder sonstiges ist sollte jedem klar sein.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund
Posted by [Knorkell](#) on Mon, 22 Apr 2013 13:35:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[quote title=Haar2O schrieb am Mon, 22 April 2013 08:02]Knorkell schrieb am Mon, 22 April 2013 01:44

Eben nicht gerade bei denen kann man doch anhand der Haarstruktur und der Fülle (nicht der Haarlinie!) jeden Mangel ebenso schnell ansehen.

Allerdings halt auch reversibel[/quote]

Eben deshalb können sie ja auch konsumieren wie sie wollen..weil es reversibel ist. Und dass AGA kein Mangel oder sonstiges ist sollte jedem klar sein.

Leider nicht, wieviele glauben immernoch, dass die Ursache in der Übersäuerung und Vergiftung liegt?

Wenn AGA Betroffene nun also aus einem Mangel heraus noch schneller die Haare verlieren müssten diese Haare im Grunde genommen wieder kommen, tun sie vermutlich auch außer der Mangel erstreckt sich über Jahre und wird vom AGA Verlauf eingeholt...dann kann man wirklich sagen man hat die AGA durch Gift beschleunigt.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund
Posted by [Haar2O](#) on Mon, 22 Apr 2013 19:41:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Knorkell schrieb am Mon, 22 April 2013 15:35

Wenn AGA Betroffene nun also aus einem Mangel heraus noch schneller die Haare verlieren müssten diese Haare im Grunde genommen wieder kommen, tun sie vermutlich auch außer der Mangel erstreckt sich über Jahre .

Leider nein.

Wenn eine ständig fortschreitende genetische "Erkrankung" wie AGA durch ungünstige Umstände beschleunigt wird gibts kein zurück mehr. Da wächst definitiv nichts mehr nach..zumindest nicht von alleine.

Meine AGA hat innerhalb weniger Monate angefangen zu wüten...ausgelöst durch starke Mangelerscheinungen und andere Dinge die oben bereits genannt wurden...will da jetzt nicht näher drauf eingehen.

Wenn jemand mit AGA einen starken Mangel über einen längeren Zeitraum hat, Drogen konsumiert etc. und dadurch diffusen HA bekommt ist davon nichts reversibel (zumindest nicht im von AGA betroffenen Bereich des Kopfes)...ich weiß es weil ichs selber durchlebt habe bzw. durchlebe. Man kann nur versuchen die Hauptauslöser zu beseitigen...den Mangel unter Umständen durch NEM's, veränderten Lebensstil..und natürlich ein Antiandrogen wirkendes Mittel, ohne gehts natürlich nicht.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Nocks](#) on Fri, 17 Jan 2014 09:56:51 GMT

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

Kaffee ist in keinster Weise ungesund.

<http://www.coffeecircle.com/kaffeewissen/kaffee-gesundheit-schwangerschaft/> Ich trinke bis zu 8 Tassen Kaffee und nebenbei noch ca. 2 Liter Wasser am Tag. Das sollte das ganze ausgleichen. Kaffee entzieht dem Körper zwar kein Wasser, sollte aber nicht anstelle von Wasser getrunken werden. Mein Opa trank auch jeden Tag mehrmals nach dem Essen seinen Espresso, da der gut für die Verdauung sei. Er starb mit ca. 85 Jahren. Das hat mir schon gezeigt, dass Kaffee überhaupt nicht schädlich sein sollte.

Ig

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Knorkell](#) on Fri, 17 Jan 2014 12:27:29 GMT

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

Nocks schrieb am Fri, 17 January 2014 10:56Kaffee ist in keinster Weise ungesund.

<http://www.coffeecircle.com/kaffeewissen/kaffee-gesundheit-schwangerschaft/> Ich trinke bis zu 8 Tassen Kaffee und nebenbei noch ca. 2 Liter Wasser am Tag. Das sollte das ganze ausgleichen. Kaffee entzieht dem Körper zwar kein Wasser, sollte aber nicht anstelle von Wasser getrunken werden. Mein Opa trank auch jeden Tag mehrmals nach dem Essen seinen Espresso, da der gut für die Verdauung sei. Er starb mit ca. 85 Jahren. Das hat mir schon gezeigt, dass Kaffee überhaupt nicht schädlich sein sollte.

Ig

Der Arzt der für die Studien und "Forschungsergebnisse" verantwortlich ist in denen Kaffee als ein Antioxidatives und mehr gesundes als ungesundes Mittel angepriesen wird steht übrigens nachweislich auf der Gehaltsliste von Tschibo

In sehr geringen Mengen ist Kaffee "gesund"...wie Rotwein auch.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Gast](#) on Fri, 17 Jan 2014 18:53:44 GMT

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

ahahah

kaffee,bzw koffeein schadet den haaren , völliger schwachsinn, ernährung hat kein einfluss auf aga, meines sehens und wissens her

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund

Posted by [Knorkell](#) on Fri, 17 Jan 2014 19:04:13 GMT

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

80erman schrieb am Fri, 17 January 2014 19:53ahahah

kaffee,bzw koffein schadet den haaren , völliger schwachsinn, ernährung hat kein einfluss auf aga, meines sehens und wissens her

Nur chronische Mangelernährung. Kaffee schadet den Haaren nicht.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund
Posted by [Gast](#) on Fri, 17 Jan 2014 19:09:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

richtig,

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund
Posted by [dreg](#) on Sat, 18 Jan 2014 08:23:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

80erman schrieb am Fri, 17 January 2014 19:53ahahah

kaffee,bzw koffein schadet den haaren , völliger schwachsinn, ernährung hat kein einfluss auf aga, meines sehens und wissens her

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund
Posted by [Improvement](#) on Sat, 18 Jan 2014 13:24:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ernährung so lange halbwegs normal, hat wenig Einfluss, allerdings wird in manchen Studien Haarausfall verstärkt bei Patienten mit koronarer Herzkrankheit beschrieben und hierfür ist wiederum hohes Cholesterin mitverantwortlich. Bei Kaffee ist mir nicht bekannt, dass da ein Zusammenhang ist. Rauchen in größeren Mengen schadet, ein paar Zigaretten am Tag dürften aber wenig Einfluss haben.

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund
Posted by [dreg](#) on Sat, 18 Jan 2014 15:48:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/24602/289365/#msg_289365

Subject: Aw: Kaffee / Koffein Ungesund
Posted by [Gast](#) on Sat, 18 Jan 2014 17:36:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Improvement schrieb am Sat, 18 January 2014 14:24 Ernährung so lange halbwegs normal, hat wenig Einfluss, allerdings wird in manchen Studien Haarausfall verstärkt bei Patienten mit koronarer Herzkrankheit beschrieben und hierfür ist wiederum hohes Cholesterin mitverantwortlich. Bei Kaffee ist mir nicht bekannt, dass da ein Zusammenhang ist. Rauchen in größeren Mengen schadet, ein paar Zigaretten am Tag dürften aber wenig Einfluss haben.

rauchen schadet den haaren auch nicht, vorallem kein auslöser einer aga. und trigger naja.....
