

---

Subject: Wichtigstes Thema: Dokumentation des Haarstatus  
Posted by [BobbyButana](#) on Mon, 03 Feb 2020 18:20:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,

ich habe hier nichts zum Thema gefunden, aber das wichtigste sind ja gute Fotos, um den Haar-Status zu überwachen. Ich bekomme es immer noch nicht hin und bin oft am rätseln, ob mein Status jetzt schlechter oder besser ist.

Wie kriegt ihr Fotos aus der gleichen Perspektive und unter gleichen Lichtverhältnissen hin?  
Welche Tools nutzt ihr?

Viele Grüße,  
Bob

---

---

Subject: Aw: Wichtigstes Thema: Dokumentation des Haarstatus  
Posted by [murx](#) on Sat, 08 Feb 2020 16:40:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das ist echt ein Thema was allgemein ziemlich vernachlässigt wird. Es wird viel über den angeblichen Nutzen von Medikament X oder Y geredet und wenn man sich anguckt, anhand welcher Fotos teilweise der Haarstatus beurteilt wird, kann man sich echt nur an den Kopf fassen.

Ich denke die beste Methode ist ein TrichoScan. Da ich aber noch keine Dermatologen gefunden habe, der einen TrichoScan so anwendet, dass er aussagekräftig ist, habe ich das ganze selbst gemacht:

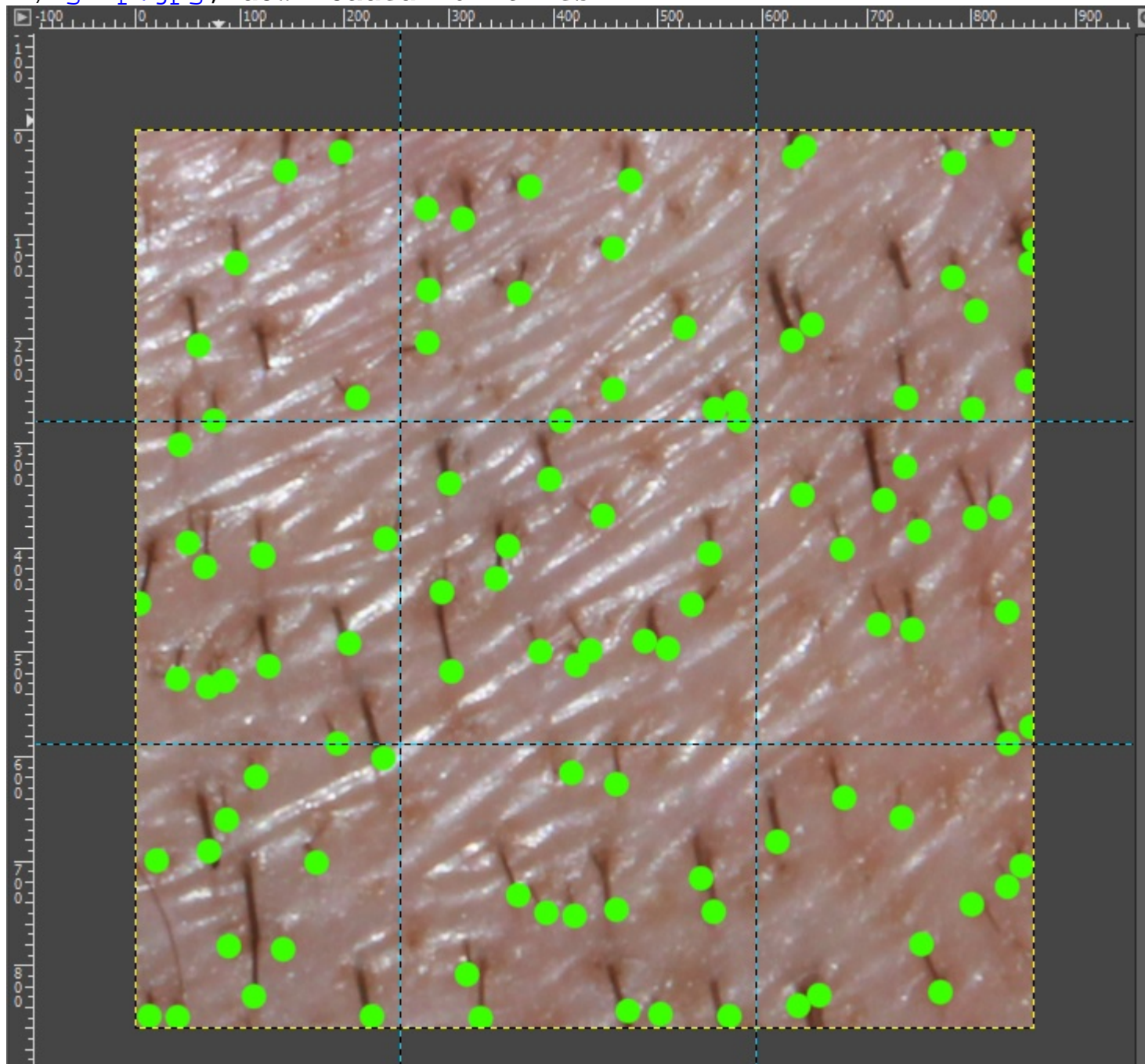
1. Du suchst dir eine fest definierte Stelle am Kopf und rasierst dort die Haare auf einer Fläche von ca. 1 cm x 1 cm ab. Je größer die Fläche umso besser. Ich habe ca. 1cm<sup>2</sup> rasiert und man konnte die kahle Stelle bei normalem Styling nicht sehen.
2. Du wartest drei Tage und machst dann mit einer guten Kamera ein Foto von der Stelle inkl. einem Gegenstand der als Größenmaßstab dient, z.B. ein Lineal. Ich habe hier im Forum auch schon von Leuten gehört, die dazu so USB-mikroskop genutzt haben. Bei mir hat es eine gute DSLR aber auch getan. Beispielfoto siehst du im Anhang.
3. Du zählst die Haare am Computer. Ich habe dazu die 1cm<sup>2</sup> in GIMP in 9 Teilbereiche aufgeteilt und diese einzeln abgezählt. Durch die drei Tage Wartezeit nach dem Rasieren kannst du theoretisch auch noch die Telogen-/Anagenrate bestimmen.

Falls du dir die Haare nicht abrasieren willst und ein normales Foto machen willst, musst du logischerweise alle Parameter der Aufnahme soweit möglich konstant zu halten:

- gleiche Kamera verwenden. Möglichst im manuellen Modus, sodass du auch Belichtung, Blende etc. selbst einstellen kannst
- künstliche Lichtquelle verwenden, auf gleichen Abstand und Winkel achten
- Haarlänge konstant halten. Das ist sicherlich der schwierigste Punkt, es sei denn du trägst eine Kurzhaarfrisur, die du mit einem Haarschneider verlässlich selbst auf eine bestimmte Länge bringen kannst

## File Attachments

1) [gimp.jpg](#), downloaded 207 times



2) [IMG\\_7414.jpg](#), downloaded 192 times



