

# helg

- REPORTASJER • SPALTISTER
- UKENS NAVN • MAT & VIN
- BIL • KONKURRANSER
- HOROSKOP • LOKALHISTORIE
- REISER • UKENS BILDE
- TEGNESERIER • KAFFEKOS

FREDAG 26. SEPTEMBER 2008

Hemmelig o

# HARTAP

side 4 – 7



TEKST OG FOTO: MARIANNE HENRIKSEN

Hårfin

# SELVFØLELSE

– Jeg har aldri angret på at jeg valgte hårerstatning. Selv om jeg ikke vil at alle skal vite om det.

**E**n varm sommerdag besøker vi Vestfold Apollo Senter i Landstadsgate. En 33-åring smiler til oss i speilet, mens frisør Tormod Løvbugten danderer de sorte lokkene som bølger seg nedover ryggen. Hun er en av dem som ikke vil bli assosiert med verken parykk eller tupebegrepet.

– Det er kun svært nære venner som vet at jeg har hårerstatning. Det var et stort skritt å ta, men jeg har aldri angret, sier kvinnen med det lange håret.

#### Tabubelagt tema

Løvbugten forteller at hun ikke er alene om å holde beslutningen om å velge hårerstatning for seg selv. Til Apollosenteret i Sandefjord finner kvinner fra hele landsdelen veien, enten fordi de ikke har et tilbud i egen by, eller for å slippe å bli sett. Noen er åpne om det, andre vil ikke at noen skal vite.

– Det er desverre tabubelagt at kvinner mister hår. Derfor vet de ofte ikke hvordan hjelpemidlene i dag er. Mange forbinder hårerstatning med fylldige tupeer på tynehårede menn. Det er ofte vår kjepphest, sier Løvbugten.

#### Må barbere issen

På 33-åringen er issen barbert, lim pensles på og herdes før en tynn hinne festet med ekte hår festes på hodet.

– Etter en periode på fire til seks uker med dette hårlegget, kommer hun tilbake og bytter til sitt andre hårlegg, som vi har rensset og klargjort for frisering, forteller frisøren.

33-åringen kaster på sitt bølgende hår, reiser seg og går ut i sommerdagen. Nå møter hun verden slik hun ønsker.

Ute i venteværelset kan John Jørgensen bekrefte dette inntrykk-



«Det er desverre tabubelagt at kvinner mister hår»

ket. Han var tidligere frisør, og har mange år bak seg med hårerstatning. At teknologi, materiale og mulighetene har endret seg med årene, kan han skrive under på.

– Se her, etter tre uker i Hellas har jeg fått fin farge i hodebunnen, jeg har badet og stelt det som vanlig hår, og jeg har ikke blitt plaget av migrene, forklarer han.

#### Mange tok kontakt

I motsetning til andre kvinner står Thorunn Iversen åpent fram for å vise at det finnes hjelp.

Hun har tatt veien fra Brevik for å få hjelp ved senteret. Det gjør hun fordi Sandefjord var hennes nærmeste tilbud den gangen hun valgte hårerstatning. I 1998 sto hun også fram i ukebladet Hjemmet med sin historie. Hun ville avmystifisere og fortelle om sitt nye liv.

– Jeg fikk mange telefoner fra døtre, mødre og ektemenn til

kvinner som slet med hårtap. De takket for at jeg sto åpent fram og informerte om at det var hjelp og få, forteller Iversen. Stolt kan hun posere foran kamera også nå. – Hårerstatningen ga meg et nytt liv, sier hun.

#### Får nye liv

Kundene ved salongen i Landstadsgate har til felles både fysiske og psykiske plager som følge av håravfall eller manglende hårvekst. Felles for dem alle er den ensidige positive virkningen hårerstatningen har hatt på livet deres.

– Jeg ser kvinner som blir utadvendte og mer aktive enn de har vært på mange år. De opplever en ny tilværelse der dårlig selvbilde som følge av lite hår ikke hemmer dem lengre. Mange spør seg hvorfor de ikke gjorde noe tidligere, forteller frisøren.

#### Anderledes frisøryrke

Han lærer opp Ine Jarneid i prosessen med å legge på håret til 33-åringen.

– Det er en litt anderledes måte og jobbe på, med andre klippeteknikker, sier Jarneid. Hun ante ikke hvordan det var før hun begynte i salongen. Hun visste heller ikke at det fantes hårerstatninger av den typen kvinner og menn her får spesialtilpasset.

#### Frisørens kjepphest

– Håravfall hos både kvinner og menn er et tabuområde som sjelden snakkes om, sier Løvbugten. Han forteller at kjepphesten er at kundene må ha mot nok til å ha så tynn hårerstatning at den ser naturlig ut, og stor nok til at de føler seg vel.

– Det blir en balansegang. Når kundene betaler så mye må de jo også bli fornøyde, sier han.



Thorunn Iversen fikk et nytt liv med hårlegg.



Hårlegget tilpasses så det blir like naturlig som eget hår.

## Forskning på hårtap

Ifølge Hudpedagogisk senter ved Rikshospitalet lider om lag 400.000 norske menn og 100.000 norske kvinner av hårtap som langt overstiger de normale «cirka 100 hår om dagen».

#### Tommelfingerregelen

– Jeg bruker ofte som tommelfingerregel at 30 prosent av 30-åringene, 40 prosent av 40-åringene og 50 prosent av 50-åringene har et arvelig, hormonelt betinget hårtap. Hos kvinnene har forskning vist at tallene er noe lavere, sier overlege Cato Mørk ved hudavdelingen på Rikshospitalet til VG.

Håret betyr mye for vår oppfatning av oss selv og andre, og er med på å speile hvem vi er. Derfor kan håravfall oppleves svært

belastende for de som rammes, særlig i ung alder.

#### Link til jernverdier

DinSide Helse forteller at den franske kosmetikk-giganten L'Oreal i mange år har forsket på årsakene til hårtap. De mener det nå er sikre bevis for at hårtap henger sammen med lave jernverdier i kroppen. Undersøkelsen er utført over åtte år, og har tatt for seg 13.000 friske mennesker. Over 60 prosent av deltakerne var kvinner.

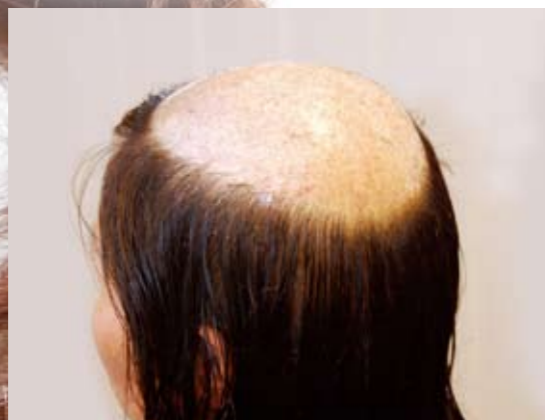
Ved å måle jernverdiene i blodet kunne forskerne konstatere at halvparten av kvinnene før overgangsalder led av for lave jernverdier. Blant kvinnene etter overgangsalderen gjaldt det bare en av fire kvinner. Det kan

forklares med at menstruasjon og graviditeter tapper kvinner for store mengder jern.

#### Arter seg anderledes

– Hårtap hos kvinner er sjeldnere enn hos menn. Det vanligste er at håret gradvis tynnes ut i kronen og gir synlig hodebunn, med en hårkrans rundt hodet - men vanligvis uten mannlige vikler, sier forteller lege Ole Fyrand ved Rikshospitalet til DinSide Helse.

– Håravfallet begynner vanligvis i 30-40-årsalderen, men kan begynne allerede i puberteten. Årsaken er oftest arvelig. I sjeldne tilfeller kan kvinner få måne og miste hår på mannlig vis. At kvinner mister alt hår på hodet er sjeldent, sier han.



Issen barberes for hår.



Lim påføres.



Hårlegget festes til hodet.



Når limet har herdet, kan håret friseres og styles.

## EKSPERTRÅD

Lars Skjøth, ernæringsfysiolog og ekspert på hodebunnslidelser ved Hårklinikken i Danmark gir følgende forebyggende råd:

- ✓ Stress mindre  
Spis variert kost, og rikelig med fiber og grønnsaker.
- ✓ Bruk en myk børste, så unngår du å irritere hodebunnen. Ikke overdriv inntak av kosttilskudd.
- ✓ Unngå at hårfarge, balsam og stylingprodukter kommer i direkte kontakt med hodebunnen.
- ✓ Prøv å styre unna shampoo som er tilsatt parfyme, fargestoffer og balsameffekt.
- ✓ Unngå hårfargemidler med p-phenylenediamine, m-aminophenol, resorcinol og hormonforstyrende stoffer som nonoxynol og octoxynol.
- ✓ Unngå hennafarger som inneholder stoffet Lawsone.
- ✓ Unngå å sette opp håret når det ikke er helt tørt, da det kan dannes sopp, som igjen kan føre til fluss og hårtap.

Kilde: www.vg.no