Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 71 (2014)
Heft: 7-8: Lavendel gegen Kopfschmerz

Artikel: Haare färben - aber sanft
Autor: Horat Gutmann, Petra
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-594458

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Haare färben – aber sanft

Manchmal möchte man doch ein bisschen Abwechslung: den Naturton vertiefen, ein paar Glanzlichter setzen oder die ersten grauen Härchen ein wenig tarnen. Färben mit Pflanzenhaarfarben kann eine Alternative zur Haar-Chemie sein.

Petra Horat Gutmann

Viele Konsumenten sind an Haarfarben mit «natürlichen/gesunden» Inhaltsstoffen interessiert. Doch wo findet man haarfärbende Naturprodukte, die garantiert frei sind von schädlichen Zusatzstoffen? Und wie schneiden ihre Konkurrenten – die herkömmlichen synthetischen Haarfärbemittel – verglichen mit ihnen ab?

Hunderttausende von Frauen in der Schweiz und in

Sanfte Naturtöne fürs Haar, die mit Haut- und Augenfarbe harmonieren, stehen nicht nur jungen Frauen gut zu Gesicht. Hibiskus – im Hintergrund – wird zur Herstellung natürlicher Pflanzenfarbstoffe benutzt.

Deutschland tönen oder färben ihre Haare mit chemischen Mitteln, viele von ihnen seit Jahren oder Jahrzehnten. So war das auch bei Ildiko Althaus. Die Informatikerin aus Thun pflegte ihre hellbraunen Haare lange Zeit zu blondieren, obwohl sie an einem seborrhoischen Ekzem der Kopfhaut litt. Eines Tages jedoch stellte sie sich vor den Spiegel und beschloss: «Ich will nie mehr Gift auf meinem Kopf! Fertig, Schluss!»
Von einer Bekannten erhielt sie die Adresse einer Naturcoiffeuse (Naturfriseurin). Die 47-Jährige erinnert sich an ihren ersten Besuch: «Der Erfolg war sofort spür- und sichtbar. Schon nach der ersten Behandlung verschwanden die roten, juckenden Flecken auf meiner Kopfhaut.»

Ein Kopf wie Jimi Hendrix?

Ähnliches erlebte Regine Hill-Landolt aus Winterthur. Einige Jahre, nachdem sie angefangen hatte, ihre Naturlocken zu färben, stellte sie ernüchtert fest: «Meine ehemals prächtigen Haare sehen verheerend aus, etwa so wie die von Jimi Hendrix nach einem Stromschlag! Und das trotz teurer Haarpflegeprodukte und regelmässiger Besuche beim Top-Coiffeur.» Dieser hatte ihre Klage mit dem Kommentar beantwortet: «Sie werden halt älter!»
Damit mochte sich die Physiotherapeutin nicht zufrieden geben. Sie begann, intensiv nach einer Alternative zu suchen. «Es war nicht einfach», erinnert sie sich. «Denn in der Schweiz ist der Beruf des Naturfriseurs erst wenig bekannt.»
Doch schliesslich fand Regine Hill eine Naturcoiffeuse und stellte bereits nach wenigen Behandlungen fest: «Mein Haar ist wieder weich, schön gelockt und vital – und das, obwohl ich es nach wie vor färbe.»

Schützen statt angreifen

Die Haarspezialistin, die Regine Hill und Ildiko Althaus geholfen hat, heisst Karin Schwarz. Sie arbeitet seit neun Jahren als Naturfriseuse in Thun und behandelt ihre Kundinnen ausschliesslich mit pflanzlichen Haarfarben. Sie tut dies aus Überzeugung: «Chemische Haarfärbemittel greifen Haar und Kopfhaut stark an», sagt die 38-Jährige. «Wer sie jahre- oder jahrzehntelang verwendet, darf sich nicht über kraftloses, stumpfes und sprödes Haar

Kornblumenblau wird Ihre neue Haarfarbe nicht ausfallen – aber auch Centaurea cyanus, hier eine gefüllte Form, wird zur Mischung von Pflanzenhaarfarben verwendet.

wundern. Daran können auch die unzähligen silikonhaltigen Pflegeprodukte auf dem Markt nichts ändern, die den Schaden wieder reparieren sollen.»
In diesem Zusammenhang sei daran erinnert, dass chemische Farbbehandlungen den Haarschaft öffnen, damit die Farbmoleküle ins Innere des Haares wandern und sich dort ablagern können. Das hat auf Dauer Strukturschäden zur Folge: Das Haar wird poröser und spröder.
Verglichen damit legt sich die Farbe bei der pflanzlichen Behandlung wie ein Mantel um den Haarschaft, dringt also nicht ins Innere des Haares ein. Auch kommen Pflanzenhaarfarben ohne aggressive Inhaltsstoffe aus: kein Ammoniak, kein Wasserstoffperoxid, weder chemische Duftstoffe noch synthetische Farbstoffe, die austrocknend oder potenziell allergisierend wirken.
Stattdessen kommen im Natufriseur-Salon eine Vielzahl von getrockneten und pulverisierten Pflanzen zum Einsatz, beispielsweise Birkenblätter, Blauholz (Campechebaum), Efeu, Faulbaumrinde,

Pflanzenfarben: Neben Henna gibt es noch andere Pflanzen, die mehr oder weniger stark färbende Substanzen besitzen. Diese Pflanzen können je nach Zielhaarfarbe zu verschiedenen Mischungen zusammengefügt werden.

Birkenblätterblond oder Ratanhia-rötlich: In der Kunst des Haarefärbens mit Pflanzenextrakten wird mit vielerlei Nuancen gearbeitet. Bild von Michael Rogall (siehe Buchtipp S.27)

Färberwaid, Heidelbeere, Henna, Hibiskus, Indigo, Kaffee, Krappwurzel, Kurkuma, Kornblume, Malve, Oregano, Ratanhiawurzel, Rhabarberwurzel, römische Kamille, Salbei, Sandelholz, Sennesblätter, schwarzer Tee, Walnussschale und Weizen.

Friseur wechseln, Problem gelöst?

Das klingt vielversprechend. Dennoch müssten viele Frauen erst einmal umdenken, bevor sie bereit für den Naturfriseur seien, erklärt Karin Schwarz. Die Coiffeurszene habe die Konsumenten daran gewöhnt, dass sie jede gewünschte Haarfarbe bekommen könnten. Ob blond, rot, braun, schwarz oder grün – die Haarfarbe nach Lust und Laune zu ändern, sei heute im Trend.

Das sei beim Naturfriseur anders: «Hier besteht das oberste Ziel darin, dass das Haar der Kundin toll aussieht, weil es gesund ist und die gewählte Farbe zum natürlichen Farbton von Haut, Haar und Augen der Kundin passt.»

Konkret bedeutet dies, dass Naturcoiffeuse Karin Schwarz grundsätzlich davon absieht, schwarzes oder braunes Haar aufzuhellen oder blondes Haar dunkel zu färben. Sie wird jedoch ein schönes Farbspiel ins Haar bringen – wobei das Angebot an möglichen Farbnuancen bei dunkelblondem und hellbraunem Haar besonders gross sei.

Farbhelm adieu!

Und wie steht es mit grauen Haaren? Sie zu überdecken ist für viele Frauen ein Anliegen. «Graue und weisse Haare kann man mit pflanzlichen Haarfarben ebenfalls färben, doch sie werden die Farbe weniger intensiv annehmen als bei einem chemischen Färbeprodukt», sagt Karin Schwarz.

Dies sei jedoch kein Nachteil, findet sie, im Gegenteil: «Das Endresultat sieht lebendiger und natürlicher aus – nicht ‹helmartig› wie bei einer chemischen Färbung. Auch wächst der Haaransatz weniger dominant nach, so dass man seltener nachfärben muss.»

Für Ildiko Althaus, die schon einige graue Haare besitzt, war das Umstellen auf pflanzliche Haarfarbe kein Problem: «Meine grauen Haare sehen nach dem Färben aus wie Mèches (Strähnchen). Das wirkt interessant und bringt mir Komplimente ein.»

Und auch Regine Hill ist glücklich: «Meine grauen Haare sind heute nicht mehr so stark abgedeckt, doch sie mischen sich sehr schön mit den anderen Haaren.»

Wie sicher sind Pflanzenhaarfarben?

Im Internet und auf Jahrmärkten werden häufig «natürliche Haarfarben» angeboten. Dabei handelt es sich nicht selten um Färbemittel, die unter dem

Deckmäntelchen «Henna», «Bio» oder «Natur» Pflanzenpulver enthalten, denen aggressive, hochkonzentrierte Chemikalien beigemischt wurden, beispielsweise Para-Phenylendiamin. Diese können im engen Kontakt mit der Kopfhaut schwere Allergien auslösen.
Es empfiehlt sich, solche Produkte strikt zu meiden und sich stattdessen von einem Naturfriseur beraten zu lassen, der geprüfte Pflanzenfarben verwendet, zum Beispiel von «Oliebe»: Das Aachener Unternehmen entwickelt und produziert seit vierzig Jahren sanfte Pflanzenhaarfarben für den Friseurbedarf. Oliebe beliefert auch immer öfters konventionelle Friseure, die entdeckt haben, dass pflanzliche Farben die Haare glänzender, griffiger und widerstandsfähiger machen – u.a. wegen den darin enthaltenen Gerbsäuren.

Vor dem Friseur sind alle gleich.

Karl Kraus

In seltenen Fällen kann es vorkommen, dass eine Kundin allergisch auf einen Pflanzeninhaltsstoff reagiert, beispielsweise auf ein ätherisches Öl. In diesem Fall muss die Haarfarbe gewechselt werden.

Das Für und Wider gut abwägen

Seit vielen Jahren kursieren im Internet Schauerberichte über die Gefährlichkeit chemischer Haarfärbemittel. Prof. Dr. Dagmar Simon, Leitende Ärztin an der Universitätsklinik für Dermatologie des Berner Inselspitals, sagt dazu: «Ein Verteufeln der synthetischen Haarfarben ist sicher nicht berechtigt. Gesehen auf die Zahl der Haarfärbeprozeduren sind Allergien eher selten.»
Was weitere unerwünschte Nebenwirkungen betrifft, fehlen bis anhin die Beweise. Fest steht, dass chemische Haarfärbemittel in der EU und in der Schweiz zu den bestuntersuchten Kosmetika zählen und nach heutigem Wissensstand strenge Richtlinien erfüllen. Die fertigen Mischungen dürfen beispielsweise maximal zwei bzw. zehn Prozent potenziell allergisierender p-Phenylendiamine bzw. p-Toluylendiamine enthalten.
Auch arbeitet die Industrie intensiv an der Entwicklung «sanfterer» Färbemittel; ein Ergebnis dieser Bemühungen ist beispielsweise «Sanotint light» (Toluylendiamin-Gehalt: maximal 0,5 Prozent) oder der neue Wirkstoff Methoxymethyl-PPD, der das Allergisierungsrisiko weiter senken soll (Wella bzw. «Koleston Perfect Innosense»).
Bei Kunden und Friseuren sind chemische Haarfärbemittel vor allem deshalb so beliebt, weil sie das Haar zuverlässig mit jeder gewünschten Farbnuance überziehen, auch der ausgefallensten. Doch die «Alles-ist-möglich»-Philosophie hat ihren Preis: Chemische Farben schädigen auf Dauer die Haarstruktur, irritieren die Kopfhaut und belasten die Umwelt. Auch ist das Risiko einer (schweren) Kontaktallergie potenziell stets vorhanden. Es lohnt sich also, gut abzuwägen, was einem die eigene Haarfarbe wert ist.

INFO | **Buchtipp und Adressen**

Buchtipp: «Haarsprechstunde» von Michael Rogall, Quell Edition 2013, 200 S.
ISBN-978-3-9812667-8-8, CHF 34.90/Euro 22.90

Hier finden Sie **Adressen** von Naturcoiffeuren in der **Schweiz**:

- Karin Schwarz, Naturfriseuse, Anmo-Lounge, Bälliz 1, 3600 Thun, anmolounge@hotmail.com; www.anmolounge.ch
- Naturcoiffeur Schweiz, Tel. +41 (0)79 633 11 49
- www.naturcoiffeur.ch (für Adressen die Rubrik «Naturcoiffeure» anklicken)
- www.culumnatura.ch (unter «Naturfriseure» die «Salonsuche» wählen, als Land «Schweiz» eingeben)
- www.haarmonie-naturfrisör.ch (der erste Schweizer Salon des österreichischen Pflanzenfarben-Labels wurde kürzlich in Konolfingen eröffnet, Tel. +41 (0)31 503 40 20).

Adressen von Naturfriseuren in **Deutschland** und **Österreich** finden Sie bei:

- www.naturfriseursuche.de
- www.culumnatura.at (unter «Naturfrisör», die «Salonsuche» anklicken, danach «Deutschland» bzw. Österreich eintippen) oder
- Culumnatura, E-Werkgasse 13, 2115 Ernstbrunn, Österreich, Tel. +43 (0)25 76 20 89.