

Vet haar

Waarom heeft men in de zomer meer last van vet haar? Hoe komt het dat vet haar soms onaangenaam ruikt? Mag vet haar vaak worden gewassen en is daarvoor een speciale shampoo nodig? Antwoord op deze en andere vragen treft u aan in deze factsheet.

1. Wat is vet haar?

Een exacte definitie van vet haar is niet te geven. Sommige mensen vinden dat zij vet haar hebben, terwijl er objectief gezien weinig vet op het haar aanwezig is. Onder vet haar wordt hier verstaan haar dat meer talg* bevat dan gemiddeld. Talgklieren komen bijna over de gehele huid voor, maar zijn het grootst en komen het meest voor op voor mannelijke hormonen gevoelige plaatsen zoals de behaarde hoofdhuid, het gelaat, de borst, de rug, en het anogenitale gebied.

Van vet haar is bekend dat het:

- vaak slap en futloos is vanwege het hoge gewicht van het vet
- plakkerig kan zijn
- weinig volume heeft, het zit plat op de hoofdhuid
- moeilijk in model te brengen is
- ook na het wassen weer snel vet wordt
- onaangenaam kan ruiken
- vaker wordt aangetroffen bij jongeren in de puberteit. Dit heeft hormonale en erfelijke oorzaken.

2. Hoe ontstaat vet haar?

Het talg wordt aangemaakt door de talgklierjes. Dit vet komt terecht in het haarzakje* waar het langs de haar naar de hoofdhuid gaat. Op de hoofdhuid vermengt dit vet zich met aanwezige stoffen op de hoofdhuid, zoals transpiratievocht (zie figuur 1).

Door deze vermenging van talg en transpiratievocht kan een onaangename geur ontstaan. Door het haar te kammen, te borstelen of er met de vingers doorheen te strijken, worden die vetten over het gehele haar verspreid.

Het talg kan zich dus op drie plaatsen bevinden, namelijk in het haarzakje, op de hoofdhuid en op het haar.

a. Talg in het haarzakje

Het aanmaken van vet in de talgklierjes wordt beïnvloed door zowel mannelijke als vrouwelijke hormonen. Het mannelijke hormoon testosteron stimuleert de aanmaak van het talg. Het vrouwelijke hormoon oestrogeen daarentegen remt deze vetproductie. De talgklierjes op het voorhoofd, de inhammen en de kruin kunnen meer talg produceren omdat deze plekken gevoeliger zijn voor het mannelijke hormoon. Dit geldt zowel voor mannen als voor vrouwen.

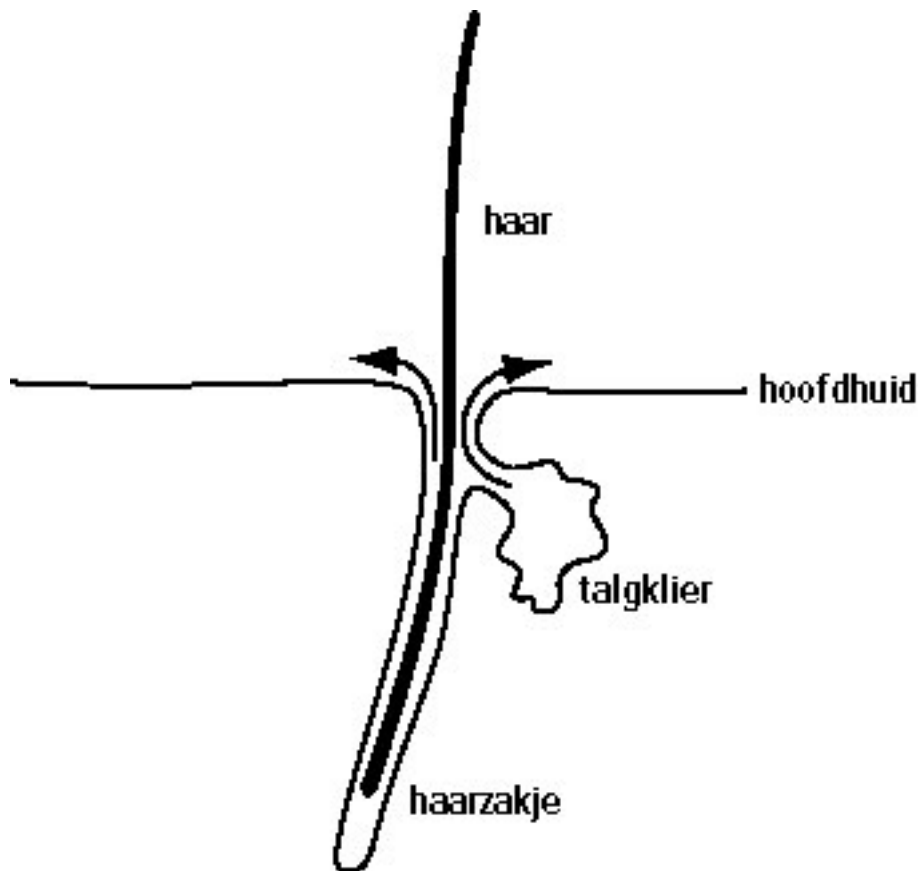
Bij sommige mensen zijn deze plekken zelfs extreem vet. We spreken dan over: Seborrhoea.

De menstruele cyclus is waarschijnlijk van invloed op de aanmaak van talg.

Hierdoor krijgen vrouwen een paar dagen vóór of juist na de menstruatie last van puistjes en vet haar. De verandering van huid en haar tijdens de menstruele cyclus is echter ook sterk afhankelijk van erfelijke factoren. Vrouwen met een van nature hoge talgproductie maken gedurende de eerste 16 dagen van de cyclus minder en tijdens de laatste 12 dagen van de cyclus juist meer talg aan.

Bij vrouwen die een normale vetproductie hebben, zie je deze verschillen niet.

Sommige medicijnen kunnen een tijdelijke invloed hebben op het vet worden van het haar. Ook koorts heeft invloed op het sneller vies en vet worden van het haar omdat koorts vaak gepaard gaat met heftig transpireren. Wanneer vitamine A in een hoge dosering wordt genomen, dan wordt het haar vaak droger.



Figuur 1: wijze waarop het talg vanuit de talgklier over de hoofdhuid wordt verspreid.

b. Talg op de hoofdhuid

Talg op de hoofdhuid wordt niet beïnvloed door hormonen, maar met name door temperatuur. Als de temperatuur stijgt, stijgt ook de talgproductie op de hoofdhuid. Door een temperatuurstijging van 1 graad Celsius, stijgt de hoeveelheid vet met 10%! Transpiratie speelt hierbij overigens ook een rol. Dit betekent dus dat bij een hoge omgevingstemperatuur, (te) heet föhnen of een saunabezoek de hoeveelheid talg toeneemt. Het te krachtig masseren van de hoofdhuid heeft ook invloed op de talgproductie.

Verschillende onderzoeken hebben aangetoond dat de uitscheiding van talg op de hoofdhuid een continu proces is. Het wordt niet beïnvloed door het vet dat al op de hoofdhuid aanwezig is. Na het wassen van het haar duurt het gemiddeld 2 tot 3 dagen voordat de hoofdhuid weer de oorspronkelijke hoeveelheid vet bevat.

3. Behandeling in de salon

Wassen

Was het haar in de salon met lauw water en een shampoo voor vet haar. Deze bevat een hoger gehalte aan reinigingsmiddelen en een lager gehalte aan conditioners. Dit is van belang omdat een te hoog gehalte aan conditioners een "vettig" gevoel kan geven aan het haar. Het haar kan meerdere keren worden gewassen om het goed schoon te krijgen. De hoeveelheid talg op de hoofdhuid wordt sterk beïnvloed door warmte. Door een temperatuurstijging van 1 graad Celsius, stijgt de hoeveelheid vet met 10%! Transpiratie speelt hierbij overigens ook een rol. Ook het krachtig masseren van de hoofdhuid heeft

invloed op de talgproductie en kan dus beter achterwege worden gelaten.

Na het wassen

Dep het haar voorzichtig droog. De hoofdhuid moet hierbij weer zo min mogelijk worden gemasseerd.

Keuze coupe

Raad de klant een coupe aan waarbij het haar dagelijks zonder warmtebron in model kan worden gebracht.

Permanenten/Watergolven/föhnen

Voor het permanenten moet het haar eerst grondig worden gereinigd met shampoo om zowel de resten van gel, wax, lak etc, weg te nemen als de overvloedige talg te verwijderen. Pas dan kan de permanentvloeistof goed en gelijkmatig doordringen in de structuur van het haar. Zo niet dan ontstaat onregelmatige krulvorming.

Bij het drogen van het haar, moet de warmtetoevoer zoveel mogelijk worden beperkt.

Verven

Ook voor het verven moet het haar grondig worden gereinigd om de kleurpigmenten samen met de waterstofperoxide gelijkmatig in de structuur van het haar te laten doordringen. Wanneer het haar aan de punten droger en poreuzer is dan bij de hoofdhuid, zal aan de punten een intensieve kleur en dicht bij de hoofdhuid een glazige kleur ontstaan.

Watergolven/föhnen

Belangrijk is de droogkap en/of de föhn op een zo laag mogelijke stand te zetten en een versteviging of lotion te gebruiken die zo min mogelijk vetzuren bevat.

4. Overige tips en adviezen

Geef de klant de volgende tips mee voor thuis:

- Maak gebruik van een shampoo voor vet haar en gebruik geen aparte conditioner.
- Het haar kan net zo vaak als wenselijk worden gewassen. Het wordt er niet vetter van.
- Laat de hoofdhuid zoveel mogelijk met rust, niet masseren.
- Probeer het haar zo min mogelijk te kammen, te borstelen en strijk zo min mogelijk met de handen door het haar. Het talg op de hoofdhuid wordt hiermee verspreid over de haren.
- Vermijd een warme omgevingstemperatuur zoals een sauna. Ook het in model föhnen van het haar is niet aan te raden.
- Door het eten van patat, chips, chocola en ander vet voedsel krijgt men geen vet haar.
- Door het dragen van petten, hoeden en sjaals op het haar kan het haar eerder vet worden omdat de temperatuur onder het hoofddeksel stijgt.
- Door de vermenging van talg en transpiratievocht kan een onaangename geur ontstaan.
- Bij sommige mensen zijn de inhammen, het voorhoofd en het kruin zelfs extreem vet. We spreken dan over: Seborrhoea.
- De menstruele cyclus is waarschijnlijk van invloed op de aanmaak van talg. Vrouwen kunnen een paar dagen vóór of juist na de menstruatie last krijgen van puistjes en vet haar. De verandering van huid en haar tijdens de menstruele cyclus is echter ook sterk afhankelijk van erfelijke factoren. Vrouwen met een van nature hoge talgproductie maken gedurende de eerste 16 dagen van de cyclus minder en tijdens de laatste 12 dagen van de cyclus juist meer talg aan. Bij vrouwen die een normale vetproductie hebben, zie je deze verschillen niet.

5. Wist u dat ...?

- Vet haar eerder vuil wordt? Vuildeeltjes blijven namelijk eerder aan het plakkerige haar kleven.

- Vet haar ontstaat onder invloed van mannelijke hormonen. Dit is ook het geval bij het ontstaan van de "klassieke mannelijke kaalheid". Toch wil dit niet zeggen dat mannen met vet haar per definitie last hebben van overmatige haaruitval.
- Het dag- en nachtritme een rol speelt bij het afscheiden van het talg. Rond lunchtijd is dit hoger dan 's avonds.
- Vet op het haar een bescherming is van het haar en de hoofdhuid. Het beschermt het haar en de hoofdhuid tegen schadelijke gevolgen van buitenaf.
- Door het dragen van petten, hoeden en sjaals op het haar kan het haar eerder vet worden omdat de temperatuur onder het hoofddekseel stijgt.

Verklarende woordenlijst

- Talg. Medische term is sebum. Het is een vetachtige stof die huid en haar soepel houdt.
- Haarzakje. Ook wel haarfollikel genoemd. Het is het zakje dat om de haarwortel en talgkliertjes zit en dat vanuit de opperhuid de lederhuid instulpt.

Stichting HAARcentrum

De Stichting HAARcentrum stelt zich tot doel objectieve en onafhankelijke informatie te verstrekken over haar en haarverzorging. Het woord HAAR in HAARcentrum staat voor Haar, Analyse, Advies en Research. Om te garanderen dat de ontwikkelde kennis daadwerkelijk onafhankelijk is, wordt binnen het HAARcentrum de kennis gebundeld van vele deskundigen en indien nodig onderzoek verricht.

De voor u liggende factsheet is tot stand gekomen op grond van de huidige medische literatuur, aangevuld met ervaring van deskundigen in het veld.

Andere factsheets die te bestellen zijn:

- Klassieke mannelijke kaalheid
- Droog haar
- Kaalheid als gevolg van een ziekte
- Haarprothese
- Haartransplantatie
- Hormoonhuishouding
- Minoxidil

Voor meer informatie kunt u terecht op de website : www.haarcentrum.nl