

MONIKA WOLFRAM

*Schönes und
gesundes Haar*

ÜBER 100 TIPPS & TRICKS AUS DER PRAXIS



ANACONDA

Vorwort

1

Die Haut 13

AUFBAU DER HAUT **13**

KOPFHAUTANOMALIEN **15**

2

Das Haar 21

DER AUFBAU **21**

ANOMALIEN BEI HAAREN **22**

3

Waschen & Pflegen 23

RICHTIGE HAARPFLEGE BEGINNT IMMER MIT
DEM WASCHEN **24**

WIE WÄSCHT MAN RICHTIG? **26**

AUSKÄMMEN **27**

WELCHE PFLEGE WANN UND WIE? **27**

HAIR-REPAIR GIBT ES NICHT! **28**

WIE FINDEN SIE NUN ZUM RICHTIGEN SHAMPOO? **30**

DUSCHGEL **31**

WASCHLOTIONEN **31**

BIOPRODUKTE **32**

KLEINE WARENKUNDE **32**

4

Styling 33

FESTIGER, FÖHNLOTION USW. **34**

ANWENDUNG BEIM FÖHNEN **35**

GLÄTTEN **37**

KREPPEN **38**

LOCKENSTAB **38**

NATURLOCKEN **39**

EINLEGEN **40**

5

Haarschneiden 41

BERATUNG **42**

WAS KANN ALLES SCHIEFGEHEN? **42**

DIE GROSSE STREITFRAGE: IST HAARESCHNEIDEN

KUNST ODER KÖNNEN? **44**

KANN MAN DIE HAARE SO NACH HINTEN SCHNEIDEN? **44**

ICH HABE EINEN SCHLIMMEN WIRBEL! KANN MAN DA

WAS MACHEN? **45**

WUNSCH UND WIRKLICHKEIT **46**

WIE FINDEN SIE ZU IHRER WUNSCHFRISUR? **46**

MÄNNER UND HAARESCHNEIDEN **47**

WARUM KOSTET HAARESCHNEIDEN BEI FRAUEN MEHR

ALS BEI MÄNNERN? **48**

HAARE WACHSEN LASSEN UND TROTZDEM SCHNEIDEN? **48**

WAS IST EIGENTLICH SPLISS? **48**

WOHER KOMMT SPLISS? **49**

SPLISS SCHNEIDEN **49**

RAUSSCHNEIDEN UND DIE ARBEIT MIT DER MODELLIERSCHERE **49**

HEISSE SCHERE **51**

DIE RICHTIGE SCHERE **52**

6

Haare färben 53

PFLANZENHAARFARBEN **54**

ANWENDUNG **56**

WAS TUN, WENN ... **59**

7

Tönungen 61

ANWENDUNG **62**

WAS TUN, WENN ... **64**

8

Intensivtönung 65

ANWENDUNG **65**

WAS TUN, WENN ... **67**

9

Farben (Colorationen) 69

ANWENDUNG **72**

WAS TUN, WENN ... **76**

ERSTFÄRBUNG **77**

HELLER FÄRZEN **77**

NATURHAARFARBE DURCH EINFACHES MITTEL
ZURÜCKERHALTEN? **78**

10

Blondieren 79

ANWENDUNG **81**

WAS TUN, WENN ... **84**

11

Blondierwäsche 85

ANWENDUNG **85**

AUFHELLER **88**

ABMATTIEREN **89**

DIE DREI GRUNDFARBEN SIND GELB, ROT UND BLAU **90**

VORPIGMENTIEREN **93**

NACHPIGMENTIEREN **97**

BORSTENMISCHUNG **98**

12

Strähnen 99

FOLIENSTRÄHNEN **99**

HAUBENSTRÄHNEN **101**

KAMMSTRÄHNEN ODER GEMALTE STRÄHNEN **101**

SHOE-SHINE-METHODE (AKZENTUIEREN DER HAARSPITZEN) **102**

BLOCKSTRÄHNEN **102**

13

Die Auswahl der passenden Haarfarbe 103

14

Dauerwelle 107

- WELLMITTEL **110**
- FIXIERUNG **111**
- WICKELN **111**
- AUFTRAGEN DER WELLFLÜSSIGKEIT **114**
- EINWIRKZEIT **114**
- AUSSPÜLEN **115**
- FIXIEREN **115**
- FEHLERQUELLEN **116**
- SCHNEIDEN VOR ODER NACH DER DAUERWELLE? **118**

15

Das große Thema Haarausfall 119

- HAARAUFSFALL BEI FRAUEN **119**
- HAARAUFSFALL DURCH HAARWECHSEL **119**
- DIFFUSER HAARAUFSFALL **120**
- KREISRUNDER HAARAUFSFALL (ALOPECIA AREATA) **120**
- HAARAUFSFALL DURCH CHEMOTHERAPIE **121**
- HAARAUFSFALL BEI MÄNNERN **122**

16

Toupets & Perücken 125

- BEFESTIGUNGSMÖGLICHKEITEN **127**
- DIE PFLEGE **128**
- DAS AUFSETZEN **129**
- REKLAMATION **129**

17

Extensions 131

- ANWEBEN ODER AUCH HAIRWEAVING **131**
- TAPEN **132**
- MIKROPOINT ODER BONDING **132**
- CLIPS **132**
- HEISSE METHODEN **132**

18

Haartransplantation 133

WIE GEHT DAS? **134**

19

Haarimplantation 137

20

Wissenswertes 139

WARUM HEISST DER FRISEUR FRISEUR? **139**

EIN G'SCHERTER **139**

WIE VIELE HAARE HABEN WIR? **139**

WIE LANG KÖNNEN HAARE WERDEN? **139**

WIE DICK IST EIN HAAR? **140**

KANN MAN SICH AN DEN HAAREN AUFHÄNGEN? **140**

LEBEN HAARE EIGENTLICH? **141**

WIE WIRD MAN GRAU? **141**

SIND GRAUE HAARE ANDERS? **141**

KANN MAN ÜBER NACHT GRAU WERDEN? **141**

WAS HAT ES MIT DEN 100 BÜRSTENSTRICHEN AUF SICH? **142**

WACHSEN HAARE NACH DEM SCHNEIDEN SCHNELLER? **142**

BEKOMMEN BABYS KRÄFTIGERE HAARE, WENN MAN
IHNEN DEN KOPF RASIERT? **142**

WAS KANN MAN GEGEN WIRBEL TUN? **143**

WACHSEN DIE HAARE NACH DEM TOD WEITER? **143**

WARUM STEHEN MÄNNER AUF BLONDE FRAUEN? **144**

WARUM STEHEN MÄNNER AUF LANGHAARIGE FRAUEN? **144**

WIE VIELE ECHE BLONDE GIBT ES? **144**

