

### 1. Wat is droog haar?

Het is vrij moeilijk om vast te stellen of haar droog is of niet. Mensen hebben hier vanzelfsprekend wel allerlei gedachten over. Sommige mensen beoordelen hun haar op een bepaald moment als droog omdat het dan bijvoorbeeld droger is dan anders of omdat ze graag gezien zouden hebben dat het haar wat vetter is. Objectief gezien wordt haar dat minder talg (sebum) en minder vocht bevat dan gemiddeld, beoordeeld als droog. Van droog haar is bekend dat:

het vaak broos en futloos is,  
het 'ruw' aanvoelt en snel in de klit raakt,  
het vaak gespleten haarpunten bevat en statisch is,  
het vaak moeilijk in model te brengen en te kammen is, lang en krullend droog haar soms zelfs in de knoop raakt,  
het vaak dof (zonder glans) is en gemakkelijk afbreekt.

### 2. Hoe ontstaat droog haar?

Droog haar heeft zowel een laag vetgehalte als een laag vochtgehalte. Droog haar wordt onder andere veroorzaakt door een te lage talgvetproductie, door een beschadigde haarstructuur of door temperatuursinvloeden. Ook de leeftijd is van invloed op droog haar.

#### a. Lage talgvetproductie

Het talgvet (sebum) wordt aangemaakt door de talgkliertjes (zie figuur 1). Dit vet komt terecht in het haarzakje waarna het zich langs de haar naar de hoofdhuid verspreidt. Op de hoofdhuid vermengt dit vet zich met aanwezige stoffen op de hoofdhuid zoals transpiratievocht en verspreidt zich vervolgens over het haar door kammen, borstelen of met de vingers door het haar te strijken. Het haar wordt dus als het ware 'gesmeerd' door een natuurlijke olie die bestaat uit een combinatie van huidvetten en talgvetten. Het aanmaken van het vet in de talgkliertjes wordt beïnvloed door zowel mannelijke als vrouwelijke hormonen. Het mannelijke hormoon testosteron stimuleert de talgvetproductie. Het vrouwelijke hormoon oestrogeen daarentegen remt deze vetproductie. Ook de menstruele cyclus kan van invloed zijn op de aanmaak van talgvet. We hebben zelf nauwelijks invloed op de talgvetproductie. Haarstijl, soort shampoo, wasfrequentie, dieet, etc. spelen geen rol bij het van nature vet worden van het haar. De factor die wel een rol speelt is temperatuur. Ook koorts en medicijngebruik kunnen een tijdelijke invloed hebben op droog haar.

#### b. Beschadigde haarstructuur

Het zichtbare gedeelte van het haar wordt de haarschacht genoemd. De haarschacht bestaat uit haarschubben die normaal gesproken dakpansgewijs over elkaar heen liggen. Op deze wijze beschermen ze het binnenste gedeelte (cortex pili) van het haar. Deze binnenste laag van het haar zorgt voor de sterkte en de elasticiteit van het haar. Door een aantal zaken kunnen de schubben open gaan staan of zelfs beschadigd raken. Denk hierbij aan: de invloed van zwem- en zeewater, het hardhandig wrijven met een handdoek, de invloed van luchtvervuiling, haarbehandelingen als touperen, permanenten of kleuren en het gebruik van borstels waarvan de borstelharen te dicht op elkaar staan. Als de schubben open staan verliest de binnenste laag van het haar zijn vocht. Het haar wordt dan droog. Het haar verliest zijn glans omdat de open schubben het licht niet meer regelmatig weerkaatst.

#### c. Temperatuursinvloeden

De omgevingstemperatuur heeft grote invloed op het haar. Wanneer het haar te lang wordt blootgesteld aan een te droge atmosfeer, veroorzaakt door bijvoorbeeld de centrale verwarming, zal het uitdrogen. Bij hoge temperaturen neemt de aanmaak van talgvet en de hoeveelheid transpiratie wel toe, maar het haar droogt toch uit. Dit kan gebeuren wanneer men bijvoorbeeld zonder bescherming in de zon zit, te heet föhnt of andere warmtebehandelingen geeft zoals het gebruik van krultangen of het drogen onder een droogkap.

### 3. Is droog haar te behandelen?

De aanmaak van talgvet is een lichamelijke proces dat niet van buitenaf te beïnvloeden is. Wel kan men droog haar zo goed mogelijk verzorgen. De beschadigde haarschubben zijn te beschermen tegen verdere schade van buitenaf door het gebruik van een conditioner of crèmebehandeling. Gespleten haarpunten zullen met een conditioner of crèmebehandeling niet verdwijnen maar het verder splijten wordt hiermee wel zoveel mogelijk tegengegaan. Beter is het de gespleten haarpunten af te knippen. Naast het optimaliseren van het vetgehalte van het haar is ook het vochtgehalte van belang. U kunt droog haar, zo vaak als wenselijk, wassen. Gebruik hiervoor shampoos en conditioners "voor droog haar". Deze bevatten meestal positief geladen moleculen. Dit is van belang omdat beschadigde haarplekken extra negatief geladen zijn. De positief geladen moleculen van de shampoo en de conditioner binden zich aan de negatief geladen plekken van het haar en bieden op die wijze bescherming. Daarnaast wordt het haar makkelijker te kammen en in model te brengen.

### 4. Wist u dat ...

Droog haar vaker voorkomt bij ouderen dan bij jongeren? Lang haar vaker droog is? Dit komt omdat lang haar ouder is. Het heeft langer aan beschadigende invloeden blootgestaan. Het kan voorkomen dat het haar dicht bij de hoofdhuid vet is, maar aan de uiteinden van het lange haar droog is. Het bij droog haar aan te raden is om vaker met de handen door het haar te strijken? Dit helpt het vet om zich te verspreiden over het haar. Dit geldt overigens ook voor het kammen van het haar. Borstels waarvan de haren te dicht op elkaar staan, (denk hierbij aan de dichtheid van de haren bij een tandenborstel) een negatieve invloed hebben? De vochtbalans van het haar heel belangrijk is?

