

Inhalt

Einleitung	5
Vorwort	9
Der Weg zur Haarwuchs-Spezialistin	16
Von Haargeschichte bis hin zur Periodischen Arbeitswelt.	28
Unser Haar und unsere Emotionen	39
Jetzt wirds fachlich	45
Wie Haare körperfremde Substanzen speichern	52
Säure-Basen-Haushalt und Übersäuerung	58
Reinigung und Menstruation	62
Kopfhautprobleme	81
Kosmetikindustrie, Marketing, Inhaltsstoffe & Co.	90
Selbstbewusstsein, Selbstwert und Selbstliebe	99
STRESS, unser Lebensstil und die Auswirkungen auf unser Haar	107