

Wenn das satte Rossbraun silbert - Tipps für graues Männerhaar
Von Johanna Uchtmann, dpa
(Mit Bild tmn0900 vom 18.01.11) =

Kurzer Blick in den Spiegel. Langer Blick in den Spiegel. Mit flacher Hand den Haaransatz freilegen. Schockiert realisieren: das erste graue Haar. Manche Männer können es tragen, ohne alt auszusehen. Andere färben besser - dann aber richtig.

Lüneburg/Hamburg (dpa/tmn) - George Clooney sieht damit sexy aus, Opa nur alt. Wenn das erste graue Haar die Einheitlichkeit der rossbraunen oder ebenholzschwarzen Pracht zerstört, denken manche Männer zuerst an Farbe. Andere ertragen es resigniert. Wenige stehen dazu. Was ist das Geheimnis? Wie pflegt ein Mann sein Grau, wenn er es mag? Und wenn nicht: Wie färbt man eigentlich?

Graues Haar richtig in Szene gesetzt, ist etwas, wozu Männer stehen können - und sollten, findet der Friseur und ehemalige Weltmeister für Herrenfrisuren Klaus-Dieter Kaiser aus Lüneburg. Wenn es nach ihm geht, sollte sogar jeder mit mehr als 50 Prozent Grauanteil im Haar von Farbe gänzlich die Finger lassen. «Es passt nicht mehr», sagt Kaiser. Grau geht also.

Wer ein bisschen aufpasst, sieht mit grauem Schopf nicht einmal alt aus: «Wenn man grau bleiben will, dann sollte man vom Styling her wenigstens up to date sein», findet Mahnaz Hagen-Frerichs, die einen Salon in Hamburg betreibt. Graues Haar, Fünf-Euro-Schnitt, kein Gel: «Dann ist man Asche.» Viele Männer wüssten gar nicht, was sie mit einem Tröpfchen Haarschaum und einer Beratung beim Friseur erreichen können. Die Beratung vom Profi müsse nur alle sieben Jahre sein. Das sei der Rhythmus, in dem sich der Mensch äußerlich verändert.

Grau geht aber nicht immer, findet Hagen-Frerichs. Sie setzt sich für die Styling-Emanzipation des Mannes ein. «Gleiches Recht für alle», ist ihre Antwort auf die Frage nach der Legitimität gefärbten Männerhaars. «Graue Schläfen machen attraktiv? Das war einmal. Heute sind andere Zeiten», findet die Expertin. Kein Mittzwanziger sei mutig genug, um zu grauen Schläfen zu stehen.

So aufwendig sei das Färben auch gar nicht. Wer nur strähnt oder tönt, müsse ungefähr alle zwei bis vier Monate zum Friseur, sagt Mahnaz Hagen-Frerichs - Färber allerdings alle drei bis vier Wochen. Denn bei dieser 100-prozentigen Abdeckung falle der herauswachsende Ansatz schneller auf. Eine Sitzung koste durchschnittlich 30 bis 60 Euro. «Dann geht man eben einmal weniger essen im Monat», meint die Haarspezialistin.

Aber George Clooney? Für Hagen-Frerichs ist graues Haar keine Typfrage. Clooney zähle nicht: «Er ist für mich kein Maßstab. Durch seinen Beruf hat er eine Ausstrahlung, die ihm alles verzeiht. Normal auf der Straße würde er nicht gut aussehen», findet die Friseurin.

Wer die komplette Abdeckung will, sollte dafür nur «echtes» Haarfärbemittel verwenden, rät Birgit Huber vom Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel in Frankfurt/Main. Kolorationen gebe es in drei Stufen: Stufe eins tönt das Haar nur und wäscht sich nach sechs bis acht Haarwäschen aus. Intensivtönungen der Stufe zwei färben selbst weißes Haar und greifen es kaum an. Allerdings können sie nicht aufhellen, sondern nur dunkler färben. Die «echten» Haarfärbemittel haben die Stufe drei. Sie decken graues Haar zu 100 Prozent ab, und zwar auch dann, wenn weiße Haare neben noch pigmentierten liegen.

Die 100-prozentige Abdeckung ist allerdings nicht gerade pflegeleicht. Wer das Nachfärben schleifen lässt, entlarvt sich durch den sichtbaren Ansatz schnell als «Schummler». Generell gilt daher für Ex-Friseur-Weltmeister Kaiser auch beim Färben stark ergrauter Köpfe: Es sollten immer graue Haare übrig bleiben, sonst sieht es unnatürlich aus.

Außerdem sollte der Färbende bei der Farbauswahl besonders aufpassen. Wer selber färbt, sollte darauf achten, dass er in der Drogerie zu den speziell auf Männer abgestimmten Farben greift. Die seien im Gegensatz zu Frauentönen eher matt, erklärt Kaiser. Auch sei es besser, einen Farbton zu wählen, der etwas heller als die Ursprungsfarbe ist. Farb-Neulinge greifen diesbezüglich gern daneben: «Für Laien ist Dunkelbraun oft schon Schwarz. Als Laie kennt man seine Naturfarbe meist gar nicht», erläutert Kaiser. Die hellere Farbe mache - genau wie Farb-Strähnen - den Übergang weicher. Das fällt dann selbst beim langen Blick in den Spiegel nicht mehr auf.

INFO-KASTEN: Die richtige Pflege für graues Haar

Vor dem täglichen Styling kommt die richtige Pflege. Für graues Haar gibt es spezielle «Silber-Shampoos». Die wirken auch dem Gelbstich entgegen, den helles Haar durch Umwelteinflüsse schnell bekommt, erklärt Birgit Huber vom Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel.

Da graues Haar ohnehin häufig trocken, störrisch und glanzlos ist, sollte nicht auch noch falsche Pflege zusätzlich Glanz rauben. Huber empfiehlt, Pflegeprodukte mit Inhaltsstoffen wie Panthenol, Kamille oder pflanzlichen Ölen zu verwenden. Auch spezielle Haarmasken könnten helfen, das Haar geschmeidiger zu machen und vor Sonne oder Föhnhitze zu schützen. Dazu zählten zum Beispiel Produkte mit Aufbaustoffen aus einem Provitamin B5-Hydropolymer-Komplex.