

Pressemappe: Agrar-PR

20.02.2023 | 11:44:00 | ID: 35533 | Ressort: [Verbraucher](#) | [Gesundheit](#)

### Silbershampoo, Biotin & Co.: Das tut grauen Haaren gut

**Baierbrunn** (Agrar-PR) - Graue Haare verändern mit der Farbe auch ihre Struktur und zeigen sich oft widerspenstig. Das Haar wird trocken, spröde und neigt zu Brüchigkeit sowie Spliss. Die aktuelle Ausgabe des Apothekenmagazins "Senioren Ratgeber" gibt Tipps für das richtige Styling und die passende Pflege.

"Ein guter Schnitt ist das A und O für graues Haar", sagt Kim Mannes, Friseurmeisterin in Neu-Ulm. Um gepflegt auszusehen, sollte die Frisur nicht zu lang sein. Die Spitzen sollten regelmäßig gekürzt werden. Gegen gelbliches Schimmern können Silbershampoos helfen: Sie enthalten blaue bis lila Pigmente, die als Komplementärfarbe den Gelbstich ausgleichen. Sehr heißes Waschen oder Föhnen sollte vermieden werden - das trocknet zusätzlich aus und kann die Haarstruktur schädigen.

Feuchtigkeitssampoos und pflegende Conditioner glätten die Struktur, erleichtern das Kämmen und sorgen für mehr Volumen und einen schönen Glanz. Auch von Innen kann man etwas für seine grauen Haare tun: Biotin und weitere B-Vitamine, Zink, Kupfer und Selen sorgen für gesundes Wachstum.

Diese Meldung ist nur mit Quellenangabe zur Veröffentlichung frei. Das Apothekenmagazin "Senioren Ratgeber" 2/2023 liegt aktuell in den meisten Apotheken aus. Viele weitere interessante Gesundheits-News gibt es unter [www.senioren-ratgeber.de](http://www.senioren-ratgeber.de) sowie auf Facebook.

#### Pressekontakt:

Julie von Wangenheim, Leitung Unternehmenskommunikation

Katharina Neff-Neudert, PR-Manager

Tel.: 089/744 33-360

E-Mail: [presse@wubv.de](mailto:presse@wubv.de)

[www.wortundbildverlag.de](http://www.wortundbildverlag.de)

<https://www.linkedin.com/company/wort-&-bild-verlag/>



[Agrar-PR](#)

Postfach 131003 70068 Stuttgart Deutschland

Telefon: +49 0711 63379810

E-Mail: [redaktion@agrarpresseportal.de](mailto:redaktion@agrarpresseportal.de) Web: [www.agrarpresseportal.de](http://www.agrarpresseportal.de) >>> [Pressefach](#)