



"Ik vind mezelf het mooist mét haar", zegt Heleen.

## "VERLIES JE JE HAAR, DAN VERLIËS JE JE VROUWELIJKHEID"

haarwerken, de Haarlounge. Mijn verhaal vertellen is een soort missie geworden. Ik deel nu de onzekerheden die ik jarenlang heb gehad. Het is alsof ik het een beetje inhaal. Ik ken inmiddels zoveel vrouwen met haarproblemen, dat het normaal is geworden. Ik herken veel in de verhalen die ze vertellen. Vooral hun geworstel. Je wordt toch iedere morgen wakker met een kaal hoofd. Vrouwen schamen zich. Een vrouw en haar haren – dat is een geheel. Verlies je je haar, dan verlies je je vrouwelijkheid. Ik werk samen met een imagostylist om een nieuw totaalplaatje te creëren. Als een klant met wapperende lokken en vol zelfvertrouwen de deur uit gaat, ben ik compleet gelukkig. Ook ik vind mezelf het mooist met haar. Dan voel ik me vrouw. Een vrouw met alles erop en eraan. Wapperende haren waarmee ik kan zwieren. Zonder haar voel ik me bloter dan bloot. Kwetsbaar. Het is toch een soort bescherming. Ik heb altijd een haarwerk op, behalve 's nachts. Ik vind dat prettiger. Het ziet er toch wat gezelliger uit. Ik ben veel met mijn uiterlijk bezig. Het dragen van een haarwerk is best lastig, het moet zo natuurlijk mogelijk zitten. Als ik ga sporten, dan maak ik het mezelf makkelijk met een staart of haarband. Waar ik dan wel op let, is dat het er nonchalant uitziet. En ja, die nonchalance vraagt dan ook wel weer wat aandacht. Toch vind ik mezelf inmiddels ook mooi zonder lange lokken. De laatste jaren poseer ik regelmatig zonder haar voor kunstenaars of fotografen. Dat geeft wel een extra dimensie aan mijn zelfvertrouwen. Ik vind de kracht die ik dan uitstraal ook heel mooi."

### NIET MEER JALOERS

"Tegenwoordig ga ik niets meer uit te weg. Ik zwom jarenlang niet, maar ook dat heb ik overwonnen. Het enige wat ik mis, is onder water gaan tijdens het zwemmen. Op vakantie zie ik vrouwen wel eens het water induiken om vervolgens boven te komen en hun haar naar achter te gooien. Ook daar heb ik inmiddels een oplossing voor. Tegenwoordig draag ik mijn haar in een beachlook, opgestoken met een sjaltje. Na het zwemmen droogt het op als een soort dreads, dat vind ik geweldig! Natuurlijk heb ik nog wel eens een *offday*. Het confronterende aan *Alopecia* is

dat het nooit een dagje vrij neemt. Ik weet niet hoe het is om haar te hebben. Ook zou ik willen weten hoe het voelt als een kapper je haar wast en je hoofdhuid masseert, het gevoel van water en vingers die door je haar glijden. Toen ik laatst in de kroeg over mijn werk vertelde, vroeg iemand of ik zelf ook een pruik droeg. Vroeger zou zo'n opmerking voelen als een klap in mijn gezicht. Nu kan het me niets meer schelen. Het is echt de omgekeerde wereld. Ik ben niet meer jaloers op mensen die wel hun eigen haar hebben. Sterker nog, ik denk wel eens: Jij moet het je leven lang doen met dat bosje, ik kan iedere morgen een prachtig haarwerk op zetten. Mijn zoontje van zeven doet me beseffen hoe jong ik was toen ik voor het eerst mijn haar verloor. Toch ben ik nooit bang dat hij ook *Alopecia* zal krijgen, zo sta ik niet in het leven. Ik ben weerbaar geworden. Ik ben voor mijn gevoel, na alle kleine stapjes die ik door de jaren heen heb genomen, nu eindelijk aangekomen bij het licht aan het einde van die enorm donkere tunnel. Als ik kijk hoe ik twintig jaar geleden was en hoe ik nu in het leven sta, denk ik wel eens: Ben ik dit? De hoop dat mijn haar terugkomt, heb ik grotendeels losgelaten. Ik zit al drieëntwintig jaar in dezelfde situatie. Maar als het ooit gebeurt, geef ik een grote haarparty. Dan moet iedereen een haarwerk op, behalve ik." ■

Meer weten over Heleens praktijk, de Haarlounge? Kijk dan op [haarlounge.nl](http://haarlounge.nl)

### WAT IS ALOPECIA?

*Alopecia Areata* staat voor 'pleksgewijze kaalheid'. Het is een plaatselijke ontstekingsreactie rond de haarwortels. De haarwortels produceren alleen nog misvormde haren die snel afbreken, of helemaal geen haren. De haarwortels gaan niet verloren. De haargroei kan dus terug komen. Naar schatting heeft 0,1% à 0,2% van de bevolking op dit moment last van *Alopecia Areata*, een soms erfelijke aandoening. Ongeveer 1,7% van de mensen krijgt er tijdens zijn of haar leven mee te maken. Als er kale plekken op de hoofdhuid zichtbaar zijn, spreekt men van *Alopecia Areata*. Bij *Alopecia Totalis* is al het haar op het hoofd uitgevallen, inclusief wimpers, wenkbrauwen, snor en baard. Bij *Alopecia Universalis* is al het lichaamshaar verdwenen

STYLING ODETTE SIMONS VISAGIE TIRZAH WAASDORP MET DANK AAN MILLERS, DEN HAAG