

# Haar

A close-up portrait of a young girl with voluminous, curly brown hair. She is smiling broadly, showing her teeth. Her right hand is resting under her chin. The background is a plain, light grey. The word 'Haar' is written in a large, bold, pink font across the top of her hair.

Minke van Dam

## 2 | Handige haren

Haar op je hoofd staat niet alleen leuk, het helpt je ook een beetje. Het haar houdt je hoofd warm in de winter. In de zomer beschermt het je tegen de zon.

Door het haar verbrandt je huid niet. En met een dikke bos haar doet een stoot tegen je hoofd minder pijn.

**Wist je ...** dat je over je hele lijf haar hebt? Alleen niet op je lippen, je voetzolen en de binnenkant van je handen.



Haartjes helpen je een beetje met voelen.



Weinig of dun haar op je hoofd? Gelukkig zijn er petten en mutsen!

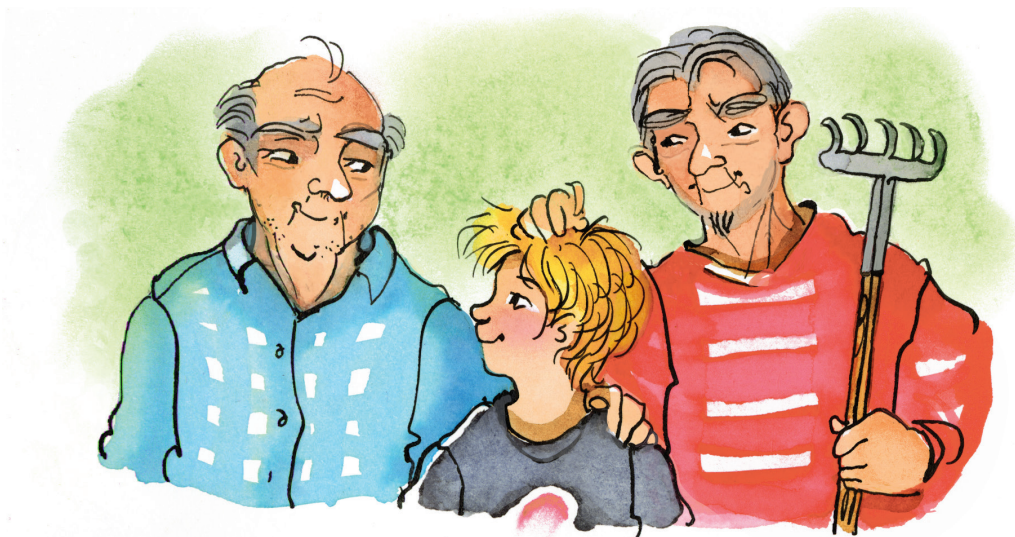
Ook de haartjes op je gezicht zijn handig. Je wenkbrauwen zorgen dat zweet van je voorhoofd niet in je ogen komt. Dankzij je wimpers komen er geen vuiltjes uit de lucht in je ogen. In je neus zitten ook haartjes. Die houden stof en ziektekiemen tegen. Daardoor word je minder snel verkouden.

Ben je boos of verbaasd? Met je wenkbrauwen kun je ook 'praten'!



## 7 | Als je haar uitvalt

Je hebt nu vast een mooie bos dik en stevig haar.  
Dat blijft een hele tijd zo.  
Maar als je ouder wordt,  
krimpen de haarzakjes.  
De haren worden daardoor steeds dunner.  
Ze vallen uit en groeien niet meer terug.  
Oudere mannen kunnen dan kaal worden.  
Het haar op de zijkant van het hoofd  
valt bijna nooit uit.  
Ook vrouwen kunnen kaal worden,  
maar dat gebeurt veel minder vaak.  
Kaal worden is erfelijk.



Ben jij een jongen en is de opa aan je moederskant kaal?  
Dan word jij dat later misschien ook.

Soms worden mensen kaal door een ziekte,  
bijvoorbeeld een haarziekte.  
Of door de medicijnen die ze gebruiken,  
zoals bij kanker.  
Je kunt dan een hoofddoek,  
een sjaaltje of een pruik dragen.  
Als de ziekte overgaat,  
gaat de kaalheid meestal ook over.  
De haren gaan dan weer groeien.  
Haar kan ook uitvallen als je  
te weinig vitamines binnenkrijgt.  
Als je gezonder eet,  
verdwijnt de haaruitval meestal weer.



Sam liet haar haar lang groeien.  
Ze gaf het aan Stichting Haarwensen.



Nu heeft Vera een  
pruik van Sams haar!



Iedereen heeft haar.  
Haren zitten niet alleen op je hoofd.  
Je hele lijf is bedekt met haartjes.  
Het is leuk om haar te hebben,  
maar haren zijn ook handig.  
Waarom dan?  
Hoe groeit een haar eigenlijk?  
En hoe krijg je gezond en glanzend haar?  
Lees het maar!

