

## Typy wypadanie włosów u kobiet

**O posiadaniu bujnych, zdrowych i lśniących włosów marzy każda kobieta. Niestety coraz częściej panie borykają się z problemem nadmiernego wypadania włosów. Przyczyny tego zjawiska są bardzo różne, to samo dotyczy sposobów walki z problemem.**

Wśród przypadków nadmiernego wypadania włosów u kobiet możemy wyróżnić trzy zasadnicze typy, mające różną genezę. Pierwszym z nich jest łysienie plackowate. Powstają wówczas na skórze głowy miejsca kompletnie pozbawione włosów. Przyczyny nadal nie są do końca znane, choć specjaliści skłaniają się ku teorii, iż to komórki układu odpornościowego niszczą cebulki włosów, niejako traktując je jako ciało obce. W wyniku tego procesu powstaje reakcja zapalna, powodująca wypadanie włosów. Często jednak samoistnie odrastają.

Drugim typem jest łysienie rozlane – w tym przypadku pacjentka traci włosy z całej powierzchni głowy, równomiernie. Bardzo często jest to konsekwencja niedoborów substancji odżywczych w organizmie. Przyczynami bywają także: choroby ogólnoustrojowe, zakażenia, stres, wysoka gorączka.

Trzeci typ to łysienie androgenowe, mające podłoże dziedziczne. Jest to najczęstszy w przypadku kobiet rodzaj łysienia. Zwykle dotyczy pacjentek, które ukończyły 30. rok życia, jeszcze częściej pojawia się w okresie okołomenopauzalnym. W cebulkach włosów następuje wówczas nadwrażliwość na dihydrotestosteron, męski hormon. W rezultacie włosy tracą jędrność, połysk, stają się osłabione i wypadają. Wyraźne ich przerzedzenie zwykle widoczne jest na czubku głowy.

Dość często u kobiet w okresie menopauzalnym lub pomenopauzalnym dochodzi do przerzedzenia się włosów, a nawet pojawia się utrata włosów na szczycie głowy. Ponadto wiele kobiet obserwuje utratę włosów w okolicy czołowej ale z zachowaniem linii brzegowej. Taki schemat łysienia nazywamy typem żeńskiego łysienia hormonalnego. Dochodzi do niego wraz ze spadkiem estrogenów i wzrostu androgenów, które to dysproporcje hormonalne są fizjologicznym objawem menopauzy. Do zmian owłosienia wynikających z okresu menopauzy można też zaliczyć niechciane i nieestetyczne włoski na twarzy (okolice brody, żuchwy i nad ustami). Takie zmiany są również podyktowane wzrostem androgenów i spadkiem estrogenów.

*Do kolejnego typu łysienia można zaliczyć łysienie włókniejące czołowe. Jest to rodzaj łysienia, który częściej pojawia się po okresie menopauzy, od dwóch do nawet dwunastu lat po menopauzie. Najczęściej jest to jeden z rodzajów łysienia o charakterze bliznowaciejącym – bez możliwości cofnięcia się zmiany. Pośrednio można jeszcze zaliczyć łysienia w tytułu schorzeń układowych, które często pojawiają się wraz z menopauzą bądź też utratę włosów spowodowaną sporą liczbą przyjmowanych leków, wynika to z pojawiających się zmian, chorób osób starszych. – wyjaśnia Anna Mackojć, trycholog z Instytutu Trychologii.*

Nadmierna utrata owłosienia u kobiet ma wiele przyczyn. Jedną z nich jest uboga w cenne składniki odżywcze oraz mikroelementy, nieodpowiednia dieta. Żelazo, selen, witamina D3 – ich brak w organizmie bardzo często skutkuje wypadaniem włosów. Podobnie jest z niedoborami biotyny. Niebagatelne znaczenie mają także uszkodzenia mechaniczne włosa

oraz nieprawidłowa pielęgnacja. Ciągłe spinanie włosów w kok czy koński ogon, częste suszenie gorącym powietrzem, tapirowanie, używanie lokówki czy prostownicy – to także czynniki nasilające utratę włosów. Analogiczna sytuacja pojawia się w przypadku częstego i nieumiejętnego farbowania oraz robienia trwałej ondulacji.

*Gdy zauważymy u siebie taki proces, powinniśmy od razu udać się do trychologa, który określi przyczynę oraz właściwą terapię. Odpowiednia diagnoza i szybkie działanie mogą bowiem w znacznym stopniu cofnąć proces wypadania włosów. Dużą pomoc przynoszą zabiegi trychologiczne jak stymulacja skóry głowy lub mezoterapia. Stosuje się również preparaty o wysokim stężeniu aktywnych składników, pobudzają one bowiem komórki budujące włos. Gdy przyczyną utraty owłosienia jest nieodpowiednia dieta, należy wprowadzić do niej produkty zawierające brakujące składniki. Dodatkowo zaleca się stosowanie odpowiednich kosmetyków. Specjalistyczne szampony oczyszczające pozwolą zaś dotlenić odpowiednio skórę głowy, co zahamuje wypadanie włosów.* – mówi Anna Mackojć, trycholog z Instytutu Trychologii.

Co ciekawe nadmierne wypadanie włosów miewa także charakter sezonowy. Niekorzystny wpływ mogą mieć tu zarówno czynniki kojarzone z miesiącami letnimi jak wiatr, piasek, chlorowana woda, promieniowanie UV czy zimowymi - niska temperatura, śnieg. Utrata włosów bywa również konsekwencją kiły, nadczynności oraz niedoczynności tarczycy, jak również zespołu policystycznych jajników. W przypadku kobiet dość często również nadmierna utrata włosów następuje także w okresie ciąży. Także grzybica skóry głowy może spowodować, iż pojawiają się miejsca całkowicie pozbawione owłosienia. Gdy ich cebulki ulegną uszkodzeniu, mamy niestety do czynienia z procesem nieodwracalnym. Niezwykle częstą przyczyną wzmożonej utraty włosów jest również stres, zwany przez niektórych chorobą czasów współczesnych.

Bardzo wiele czynników wpływa na stan kobiecych włosów. Choroby, przyjmowane leki, stres, nieodpowiednia pielęgnacja i dieta, wahania hormonalne czy obciążenia genetyczne. Współczesny rozwój trychologii pozwala jednak często na pozbycie się problemu tysienia lub przynajmniej jego zahamowanie. Dzięki odpowiednio dobranym terapiom i kosmetykom, zmianie diety oraz nawyków dotyczących pielęgnacji włosów można w znacznym stopniu zahamować proces nadmiernego wypadania włosów u kobiet.