

## Căderea părului, cauze și remedii

Dana Lascu / 21 aug 2018 / 09:24



Descriere foto:

**Părul este unul dintre primele lucruri pe care oamenii le observă atunci când ne întâlnim. Pierderea lui înseamnă ori, o scădere a respectului față de propria persoană, ba chiar depresie. Există mai multe cauze care duc la căderea femeii și la bărbați, dar și remedii care ar putea împiedica acest proces. Iată care sunt acestea.**

Termenul medical pentru căderea părului este alopecie, iar dispariția totală este denumită alopecia totalis. Ne gândim la părul ca la o problemă obișnuită la bărbați, dar femeile o experimentează și ea. Aproape 45% dintre femei își petrec timpul capul acoperit perfect de păr. Pentru restul, tiparul de pierdere a părului (în engleză female pattern hair loss sau FPHL) cu înaintarea în vârstă. Iar femeile care se confruntă cu o cădere masivă a părului ajung să aibă suferințe psihologice și socială le este afectată.

Deoarece pierderea părului la femei tinde să fie o condiție cronică, progresivă, diagnosticul precoce și tratamentul sunt Unele tratamente chiar stimulează creșterea părului, așa că cu cât e mai din timp depistată cauza, cu atât mai bine. Cel în măsură să descopere cauza este medicul dermatolog, specializat în tricologie (specializare medicală care se ocupă de sănătatea scalpului și a părului).

### Cum crește părul

Scalpul uman conține aproximativ 100.000 foliculi de păr. Părul crește de la partea de jos a foliculului, dintr-o zonă numită bulge. Vasele de sânge hrănesc rădăcina, permițând părului să crească. Părul crește și se îndreaptă spre piele, trecând printr-o fază de maturare. Glandele de ulei păstrează părul strălucitor și moale. Prea mult ulei, însă, poate face părul gras. Părul de pe scalp crește cu o rată de aproximativ jumătate de centimetru pe lună și rămâne prins de el între 2 și 6 ani. Apoi, părul se oprește din creștere înainte de cădere. Faza de „odihnă” a foliculului este numită telogenă. Apoi ciclul începe din nou.

### Este căderea părului normală?

Toți pierdem păr. În unele cazuri, căderea părului este perfect normală, deoarece acesta cade după terminarea fazei de creștere. Unele persoane ar putea să observe firele care au căzut pe hainele dumneavoastră sau pe pieptan sau pe perie. În medie, o persoană pierde între 50 și 100 de fire de păr pe zi.

aproximativ 50-100 fire de păr pe zi. Asta este normal. Ce nu este normal? În cazul în care părul începe să cadă în aglomerări atunci când vă periați, pieptănați sau sunteți în duș, atunci ar trebui să mergeți la medic. Dacă observați că aveți zone ale scalpului rămase fără păr sau că starea părului se înrăutățește, consultați-vă dermatologul pentru diagnostic și tratament.

## Ce cauzează pierderea părului?

Există multe tipuri diferite de pierdere a căderii părului, cu o varietate de cauze care stau la baza lor. Mai multe afecțiuni sunt asociate cu pierderea părului. Cauzele frecvente includ problemele tiroidiene și dezechilibrele hormonale. Atunci când sunt diagnosticate și tratate în mod adecvat, pierderea părului se poate opri și părul poate crește înapoi. Stresul, factorii genetici și factorii genetici pot juca, de asemenea, un rol în pierderea părului. Stresul fizic sever, cum ar fi trecerea prin naștere, intervenția chirurgicală sau o boală gravă pot determina un tip de pierdere a părului numit telogen efluvium. Aceasta este o condiție în care stresul forțează un număr mare de foliculi să intre în faza de odihnă, iar după câteva luni, părul va cădea. Alte cauze ale pierderii părului includ radioterapia, cancerul, insuficiența renală, insuficiența hepatică, efectele secundare ale medicamentelor sau boala autoimună. Dacă vă confrunțați cu o pierdere de păr apărută brusc sau crescândă, consultați-vă medicul pentru un diagnostic și tratament.

## Cum se măsoară pierderea părului

Medicii caracterizează severitatea pierderii părului folosind „scala de densitate Savin”. Această scală are 8 etape și descrie pierderea părului în jurul părții mediane, precum și recesiunea din față a părului. Unele femei pierd părul la diferite grade în jurul părții mediane, altele femei experimentează subțierea părului. Apoi, căderea părului poate să apară în episoade sau să fie constantă. Medicul este cel care determină severitatea pierderii părului. La femei, modelul cel mai des întâlnit este subțierea în jurul părții mediane, care apare sub forma unui brad.

## Boli care pot duce la căderea părului

**Boala tiroidiană:** Tiroida este o glandă în formă de fluture care se sprijină pe partea din față a gâtului. Aceasta secreta hormoni tiroidieni care sunt folosiți de fiecare celulă din organism. Dezechilibrele hormonilor tiroidieni sunt un motiv comun pentru pierderea părului la femei. Hipertiroidismul și hipotiroidismul pot duce la pierderea părului. Alte simptome ale hipertiroidismului includ scăderea în greutate, ritmul cardiac rapid, incapacitatea de a adormi sau de a rămâne adormit și anxietatea. În cazul hipotiroidismului, pierderea părului poate fi asociată cu creșterea în greutate, oboseală, senzație de frig, ritm cardiac lent și constipație. Din fericire, dezechilibrele hormonului tiroidian sunt ușor de detectat cu teste de sânge. Tratamentul ajută la ameliorarea simptomelor, inclusiv la căderea părului.

**Sindromul ovarelor polichistice:** Este o afecțiune la femeile al căror organism produce mai mulți androgeni sau hormoni masculini decât ar trebui în mod normal. Femeile care suferă de această afecțiune se pot confrunța cu o creștere a părului în zona de pe corp. Dar un alt simptom este subțierea părului pe cap. Femeile afectate pot prezenta, de asemenea, o creștere în greutate, acnee, nereguli menstruale, probleme de ovulație, depresie și infertilitate. Pilozitatea extremă poate fi singurul semn exterior care să arate că o femeie suferă de această condiție.

**Alopecia Areata:** Este o afecțiune care duce la căderea părului în patch-uri rotunde pe scalp și pe corp, dar părul tinde să revină din nou după 6 luni până la 1 an. Mai puțin de 5% din oameni își pierd tot părul de pe cap și de pe corp. Chelia completă (alopecia totalis). Acest tip de cădere a părului nu este contagioasă. Ce cauzează alopecia areata? Este o afecțiune autoimună în care sistemul imunitar atacă și distruge foliculii de păr. Starea poate fi tratată cu steroizi, medicamente antiinflamatoare sau medicamente imunosupresoare. Persoanele cu alopecia areata suferă de mai multe alergii, astm și condiții autoimune, cum ar fi boala Crohn sau boala celiacă.

**Infecțiile fungice:** Căderea părului poate fi cauzată de o infecție cutanată fungică. Denumirea medicală oficială pentru o infecție fungică este tinea capitis. Infecția începe ca un coș mic, care crește. În zonele afectate simțim mâncărime și se inflamează, părul cade și pielea se poate descuama. Cele mai întâlnite ciuperci care duc la căderea părului sunt Trichophyton rubrum, Trichophyton tonsurans, Trichophyton interdigitale, Trichophyton metagrophytes, Microsporum canis și Epidermophyton floccosum. Ele pot afecta diverse zone ale pielii: fața, barba, unghiile, palmele sau/și scalpul. Afecțiunea este contagioasă prin contact cu pielea infectată. Se poate transmite prin piepteni infectați, agrafe de păr, îmbrăcăminte nescurată din săli de sport, dușuri și zone de piscină. Medicul poate trata cicatrizarea cu medicamente antifungice.

**Nașterea:** Femeile însărcinate sunt foarte fericite că părul lor pare mult mai băgat în timpul sarcinii, dar sunt dezamăgite când acesta începe să le cadă după naștere. Pierderea părului după sarcină nu este o adevărată problemă, este normală și scade după naștere din cauza scăderii nivelului de estrogen. Vestea bună este că părul va reveni la „plinătatea” normală în decurs de 1-2 ani.

**Anticoncepționalele:** Sunt o formă de contracepție care funcționează prin suprimarea ovulației și / sau îngreunarea iradierii unui ovul fertilizat în mucoasa uterului. Hormonii care fac pilulele contraceptive eficiente pot provoca, de asemenea, căderea părului la femeile care le folosesc. Există mai multe șanse de a experimenta acest efect secundar din pilulele contraceptive dacă aveți un istoric familial de cădere a părului. De asemenea, femeile își pot pierde părul atunci când nu mai iau pilula. Hormonii sunt singurele medicamente care pot fi asociate cu pierderea părului. Tratamentele pentru hipertensiune arterială și medicamentele pentru hipertensiune arterială o pot provoca și ele. La fel, unele medicamente pentru depresie, boli cardiace și artrită.

**Dietele drastice:** „Crash diets”, cum le numesc americanii, dietele care presupun o pierdere rapidă în greutate pot fi pe Dacă slăbiți 15 kilograme sau mai mult foarte repede, puteți pierde o cantitate semnificativă de păr în câteva luni. Rămân plan alimentar sănătos și echilibrat. Fructe proaspete, legume, carne macră și carbohidrați complecși dau corpului tău gr proteinele, carbohidrații, vitaminele și mineralele de care are nevoie pentru a se menține sănătos, inclusiv cu păr pe ca de risc alimentar pentru căderea părului? Excesul de vitamina A și deficiența de proteine pot ambele să ducă la căderea

**Tratamentul contra cancerului:** Radiațiile și chimioterapia utilizate pentru tratarea cancerului sunt cauze comune al părului. Ambele terapii dăunează foliculilor de păr, iar persoanele care trec printr-un astfel de tratament suferă adesea dramatică a părului, care debutează în decurs de 2 săptămâni de la începerea tratamentului. Scalpul poate fi extrem de acest timp. Poate fi iritant să vă spălați, să vă periați și să vă pieptănați părul. Vestea bună este că, odată ce tratamentul cancer se termină, părul crește la loc.

**Stres fizic și emoțional:** Ambele pot declanșa pierderea părului la femei. Afecțiunea se numește telogen efluvium. At lucrurile care pot precipita și pot duce la boli sau leziuni grave, intervenții chirurgicale, tulburări emoționale severe, sâr scădere în greutate. Uneori, și o reacție la medicație poate declanșa acest tip de căderea părului. Telogen effluvium po: până la 8 luni.