

## تساقط الشعر



الدكتورة ربي هيثم  
الشمعة

أخصائية بالأمراض الجلدية وتجميل البشرة

يرى الآخرين ويسألونه ماذا حل بك.

### < الأسباب الأكثر شيوعاً لتساقط الشعر :

#### 1. الأسباب الهرمونية :

قد يعاني المرء أحياناً من إضرابات الغدة الدرقية نشاطاً أو كسلًا ويترافق ذلك مع تساقط واضح للشعر نجد عند كثير من الفتيات بأعمار صغيرة (بين 16 - 18 سنة) زيادة في إفراز الهرمون الذكري الموجود اعتيادياً عند كل أنثى وذلك إما بسبب كيسات على المبايض أو بشكل معزول مما يعطي مظهراً خاصاً من التعاكس بين شعر الرأس تراجعاً وشعر الجسم تزايداً .

الشعر الجميل الصحي والطبيعي هو جزء من جمال الإنسان الطبيعي ولطالما اعتبر تساقط الشعر أكثر من كونه مشكلة طبية فهي تعني للمرأة وحتى للرجل مشكلة جمالية: إن الشعر القوي الكثيف والمتألق (ذو اللمعان) يعتبر علامة جمالية خاصة بالنسبة للإنسان لذلك عندما يبدأ بالتساقط نجد إن ثقة الشخص بمقوماته الجمالية تقل أيضاً (لا بل وتهتز) وكلما استمر الشعر بالتساقط تزداد آثاره الجانبية على الحياة اليومية (تشئت اهتمام الإنسان) ويشعر الشخص بأنه حزين وفي ذات الوقت خائف من الوصول إلى مرحلة اللا عودة وخاصة عندما



### 3. الأسباب الاستقلابية:

حالات خاصة من فقر الدم أو نقص vitD أو الكالسيوم أو حالات سوء التغذية وربما أنظمة الحمية القاسية لتخفيف الوزن .

### 4. الأسباب الإشعاعية:

وخاصة لدى مرضى السرطان وخلال فترة تعرضهم للأشعة يعانون من تساقط الشعر وربما حاصات ندبية .

### 5. الأسباب الدوائية:

كذلك الأمر نجد عند مرضى السرطان المعالجين كيميائياً تساقط متسارع للشعر ولكنه عكوس . وكذلك التخدير بالعمليات الجراحية .

### 6. الأسباب النفسية:

حيث ان الشدة النفسية من الأسباب المهمة في تساقط الاشعار .

### 7. الأسباب الوراثية:

نجد ذلك غالباً في حالات الصلع عند الذكور والعلاجات هنا تهدف إلى تأخير سن ظهوره وليس منع

وهناك حالات شائعة جداً يتساقط فيها الشعر بغزارة هي حالة الإرضاع بعد مرور عدة أشهر من الولادة . وسببها لا يعتبر مرضياً حيث أن الأشعار تمر بمرحلة طويلة من الثبات طيلة فترة الحمل وبعدها تتساقط معابوقت قصير .

أو بسبب تناول بعض الأدوية الهرمونية بأسباب تتعلق بالخصوبة أو بمنع الحمل .



### 2. الأسباب الانتانية:

قد يتعرض الإنسان أحياناً إلى مرض إنتاني جرثومي أو طفيلي أو حتى فيروسي مترافق مع ارتفاع بالحرارة مما يؤدي إلى تساقط الشعر في طور النقاهة والشفاء من المرض ( كالحمى المالطية - السل - التهاب خراجات الأسنان - الديدان المعوية ...الخ) وهو تساقط عابر قد يتوقف عفويًا بمجرد الشفاء ويعود الشعر إلى طبيعته دون علاج في كثير من الحالات .

حتى نرى الأشعار ظاهرة للعيان وتظهر بالمرآة سميكة وقوية وتغطي مكان الحاصة ( أي المكان المستهدف بالعلاج ) مما ينعكس إيجابا على المريض بعودة ثقته بمقوماته الجمالية



حدوثه . إن التأخير في زيارة الطبيب يجعل الأمر يتفاقم ويؤخر النتائج المرجوة من العلاج . لذلك ينصح الأشخاص الذين يلاحظون تساقطا في الشعر مبالغاً فيه مراجعة الطبيب الاختصاصي لتقييم الحالة وتحديد سببها إما بالفحص المباشر أو التحليل المخبري وطبعاً تقديم خطة علاج مناسبة ضمن فترة زمنية ربما تكون طويلة ( حيث انه من الطبيعي تساقط الشعر من 50 - إلى 100 شعرة في اليوم) .

(( يتساءل الكثيرون لماذا يحتاج علاج الشعر لعدة أشهر وربما سنة حتى يعود كما كان !!! ))

(( ما هي أحدث العلاجات الناجحة

لتساقط الأشعار !! ))

1. معالجة السبب المباشر (هرموني - دوائي - شعاعي - كيميائي)
2. اختيار الشامبو المناسب
3. الابتعاد عن الصبغات والحمامات الحرارية الزيتية للشعر
4. استعمال الفيتامينات المقوية للشعر
5. الطرق الموضوعية العلاجية مثل :

- البخاخات المغذية والدوائية الموضوعية على فروت الرأس.
- الميزو ثربي : حقن موضعي لمواد علاجية خاصة بيد الأخصائي

لشعر الرأس دورة نمو يمر بها بشكل طبيعي . مرحلة النمو ( Anagen ) والتي تستغرق من 2 إلى 6 سنوات . مرحلة الراحة ( Catjem ) والتي تستغرق من 2 إلى 3 أسابيع . ورحالة التراجع ( telojen ) والتي تستغرق من 2 إلى 3 أشهر . وبالتالي على المريض أن يستمر بالمعالجة بالحد الأدنى 3 أشهر وبالتالي هو زمن كافي لإعادة إنبات الأشعار من جذورها ولكن بما أن الشعر ينمو 1 سم كل شهر وسطياً فإننا نحتاج مدة 6 أشهر إضافية

حصرا .

■ حقن البلازما : وهي الأحدث والأجمع والأقل من حيث الآثار الجانبية حتى الآن .

■ العمليات الجراحية لترميم الشعر : يجري الأطباء الجراحون المختصون بالأمراض الجلدية عدة أنواع من العمليات التي تهدف إلى استعادة الشعر ترميمه وإعادة ترميم الأماكن التي تساقط منها إضافة إلى منح الشعر منظرا طبيعيا قدر الامكان مثل هذه العمليات تجرى للذين يبدو الصلع لديهم بارزا للعيان , أو الذين يتساقط شعرهم من جراء إصابتهم بحروق , يتحدد نوع العملية التي ينبغي إجراؤها لترميم الشعر طبقا لمدى انتشار الصلع وشكله , وبإمكان طبيب الأمراض الجلدية أن ينصح بإحدى الأنواع المفصلة أدناه من العمليات الجراحية من اجل الحصول على أفضل نتيجة ممكنة .

■ زرع الشعر :

يعتمد زرع الشعر على مبدأ ( التبرع السائد ) أي المفضل وبمعنى آخر أخذ الشعر من مكان سليم وزرعه خلال العملية الجراحية لكي ينمو مجددا في المكان المصاب بالصلع .

العملية الثانية : تقليص (جلد) فروة

الرأس :

يعتبر تقليص جلدة الرأس حلا لمن يعانون من اتساع رقعة الصلع وهذا العلاج عبارة عن عملية جراحية يتم خلالها تضيق حيز البقع الصلعاء لابل ويتم في بعض الحالات إخفاؤها تماما من خلال إزالة بعض السننيمترات من الجلد الخالي من الشعر وبعد ذلك شد طرفي القطع باتجاه بعضها البعض وتوصيلها بالخياطة بالإمكان إجراء عملية تقليص فروة الرأس لوحدها أو دمجها مع عملية أخرى لزرع الشعر .

توسيع جلد فروة الرأس : شد الأنسجة , يتم زرع جهازين تحت جلد فروة الرأس لمدة ثلاثة أو أربعة أسابيع وتكون وظيفة هذين الجهازين شد الجلد الذي يحمل الشعر وذلك بغية تحسين وتنجيح نتائج العملية الجراحية لتقليص جلد فروة الرأس . يعمل جهاز الشد بتقنية تشبه عمل الشريط المرن بينما يعمل جهاز التوسيع مثل البالون وهما يتيحان تقليص مساحة الجلد الخالي من الشعر ( الأصلع ) على فروة الرأس .