

Αιτίες Τριχόπτωσης

Ορμονικοί Λόγοι: Οι ορμόνες οι οποίες επηρεάζουν κυρίως στους άντρες την τριχοφυΐα είναι τα ανδρογόνα με κύριο εκπρόσωπό τους την τεστοστερόνη. Αυτές οι ορμόνες συναντώνται και σε γυναίκες σε πολύ μικρότερο βαθμό και κατά συνεπεία δεν επηρεάζουν την τριχοφυΐα των γυναικών σε τέτοιο βαθμό όπως στους άντρες. Πρέπει να αναφερθεί ότι για να προκληθεί τριχόπτωση λόγω ορμονών προϋποτίθεται η παρουσία κληρονομικότητας. Αυτό σημαίνει ότι εφόσον έχουν αρχίσει να εξασθενούν τα τριχοθυλάκια (κυρίως στην εμπρόσθια περιοχή) που έχουν μια μόνο τρίχα, είναι αρκετά ευάλωτα στα παράγωγα της Τεστοστερόνης με αποτέλεσμα να μπαίνει η τρίχα στο στάδιο της ωρίμανσης και τελικά της πτώσης πολύ πιο γρήγορα. Γίνεται κατανοητό ότι στις περισσότερες περιπτώσεις πρέπει να υπάρξει ηλικιακή ωρίμανση προκειμένου να μπορέσουν οι ορμόνες να επηρεάσουν τον τριχωτό της κεφαλής. Σε περιστατικά όμως όπου υπάρχει κληρονομικότητα τότε η παρουσία αυτών των ορμονών επιδεινώνουν την κατάσταση.

Κληρονομικότητα: Σίγουρα η Κληρονομικότητα είναι μια από τις πιο σοβαρές αιτίες εμφάνισης Ανδρογενετικής Αλωπεκίας. Μάλιστα, η γενετική έχει αποδείξει ότι γονιδιακά μέσω της μητέρας μεταφέρεται το γονίδιο που επηρεάζει την τριχόπτωση. Επομένως, εάν οι πρόγονοι από την πλευρά της μητέρας ενός ατόμου έχουν εμφανίσει τριχόπτωση είναι πολύ πιθανό να εμφανίσει και το ίδιο το άτομο. Βέβαια ο ρυθμός εξέλιξης, όπως και η ένταση δεν είναι απαραίτητο να ομοιάζουν με αυτήν των προγόνων μας, ωστόσο τις περισσότερες φορές παρατηρείται ένα επαναλαμβανόμενο μοτίβο.

Ηλικιακή Ωρίμανση του Οργανισμού: Η Ηλικιακή Ωρίμανση του Οργανισμού παίζει πολύ σημαντικό ρόλο στην εξέλιξη της τριχόπτωσης. Πιο συγκεκριμένα ακόμα και η παρουσία ορμονών που επηρεάζουν αρνητικά την τριχοφυΐα χρειάζονται πολλά χρόνια προκειμένου να επιφέρουν την αραίωση. Και στις περιπτώσεις όμως που δεν υπάρχει κληρονομικότητα ή αρνητική δράση των παραγόνων της τεστοστερόνης παρατηρούμε αραίωση από κάποια ηλικία και πέρα. Ο λόγος είναι ότι τα τριχοθυλάκια σιγά-σιγά με την πάροδο του χρόνου αποδυναμώνονται με αποτέλεσμα τα παράγουν ασθενέστερες τρίχες και να επέρχεται η γενικότερη λέπτυνση. Τέλος κάποια τριχοθυλάκια μένουν τελείως αδρανή και πλέον δεν μπορούν να παράγουν καθόλου τρίχες. Βέβαια υπάρχουν ορισμένες περιοχές στο τριχωτό της κεφαλής οι οποίες δεν επηρεάζονται από αυτό και σχεδόν πάντα διατηρούν την υγιή μορφή τους. Τα τριχοθυλάκια από τις συγκεκριμένες περιοχές χρησιμοποιούμε προκειμένου να κάνουμε μεταμόσχευση μαλλιών σε ανθρώπους μεγαλύτερης ηλικίας. Μάλιστα ακριβώς επειδή σε αυτές τις περιοχές που χρησιμοποιούμε τα τριχοθυλάκια είναι εξαιρετικής αντοχής τα αποτελέσματα της διαδικασίας έχουν πολύ μεγάλη διάρκεια.

Εποχιακή Τριχόπτωση: Η εποχιακή τριχόπτωση είναι μία παροδική κατάσταση και διαρκεί περίπου 2 μήνες. Η φυσιολογική απώλεια των τριχών ανέρχεται σε 50-100 τρίχες ημερησίως. Στην περίπτωση της Εποχιακής Τριχόπτωσης η οποία εμφανίζεται το φθινόπωρο και την άνοιξη η απώλεια των τριχών φτάνει κατά κανόνα τις 100 κάθε ημέρα και σπάνια περισσότερες. Ενώ του υπόλοιπο χρόνο ένα φυσιολογικό άτομο αναμένεται να προσεγγίζει περισσότερο τις 50 τρίχες παρά τις 100. Ο λόγος για τον οποίο παρατηρείται τριχόπτωση εκείνες τις περιόδους δεν έχει αποσαφηνιστεί τελείως, ωστόσο η επικρατέστερη θεωρία αναφέρει ότι η αλλαγή της έκθεσης μας στον ήλιο και η σταδιακή αλλαγή της θερμοκρασίας του περιβάλλοντος αλλάζουν τον τρόπο και την ένταση της επίδρασης ορισμένων ορμονών στο τριχωτό της κεφαλής με αποτέλεσμα την

Εποχιακή Τριχόπτωση. Αυτός ο τύπος τριχόπτωσης είναι σχετικά ακίνδυνος και παροδικός αλλά εάν μέσα σε 2 μήνες τα συμπτώματα δεν υποχωρήσουν τότε το άτομο θα πρέπει να απευθυνθεί σε κάποιον ειδικό προκειμένου να εντοπιστεί το πρόβλημα.

Ψυχολογία (Stress): Η Ψυχολογική κατάσταση ενός ατόμου διαδραματίζει πολύ σοβαρό ρόλο στην ανάπτυξη και την εξέλιξη της τριχοφυΐας. Πιο συγκεκριμένα έχει παρατηρηθεί ότι άτομα που περνάνε μεγάλης διάρκειας περιόδους υπερβολικού άγχους τείνουν να παρατηρούν διαφορά στο τριχωτό της κεφαλής τους. Μάλιστα δεν είναι λίγες οι φορές που όχι μόνο παρατηρείται σταδιακή απώλεια των τριχών αλλά και αποχρωματισμός αυτών που έχουν παραμείνει είτε διάσπαρτα σημεία και πιο σπάνιο σε ένα μικρό τμήμα του τριχωτού. Στις περισσότερες περιπτώσεις άτομα που αντιμετωπίζουν τριχόπτωση λόγω κακής ψυχολογίας και άγχους παρατηρούν βελτίωση της κατάστασης τους όταν σταματήσει να τους απασχολεί αυτό το οποίο προκάλεσε το stress. Είναι πολύ συχνό το φαινόμενο τόσο των μαθητών όσο και των φοιτητών όταν προετοιμάζονται για σημαντικές εξετάσεις να παρουσιάζουν τριχόπτωση. Αυτό το είδος της τριχόπτωσης είναι παροδικό και κυρίως εξαρτάται από το ίδιο το άτομο. Ωστόσο υπάρχουν συμπληρωματικές Θεραπείες οι οποίες έχουν άριστα αποτελέσματα. Μάλιστα πολλές φορές παρατηρείται ότι άτομα που πάσχουν από τέτοιου είδους τριχόπτωση και ακολουθούν μια θεραπεία βελτίωσης νιώθουν ψυχολογική ανάταση βλέποντας τα αποτελέσματα της θεραπείας και αντιμετωπίζουν με αυτοπεποίθηση αυτό που τους απασχολεί.

Τρόπος ζωής & διατροφής: Ο σύγχρονος τρόπος ζωής, οι υποχρεώσεις και η έλλειψη ελεύθερου χρόνου είναι αυτά που συχνά μας ωθούν στην παραμέληση της διατροφής μας τόσο σε ποσοτικό όσο και σε ποιοτικό επίπεδο. Είναι γεγονός ότι μέσω της τροφής ο οργανισμός προσλαμβάνει όλα εκείνα τα συστατικά που του είναι απαραίτητα προκειμένου να λειτουργήσει ομαλά, να παράγει ενέργεια (κινητική, θερμική, κτλ) και να αναπτύσσεται. Όταν λοιπόν ένα άτομο δεν προσλαμβάνει καθημερινά την απαιτούμενη ποσότητα, πρωτεϊνών, αμινοξέων, νερού, υδατανθράκων, ιχνοστοιχείων, βιταμινών και πολλών άλλων στοιχείων, ο οργανισμός του θα αρχίσει να υπολειτουργεί και με τον καιρό να αδρανοποιεί κάποιες λειτουργίες. Μία από αυτές τις λειτουργίες οι οποίες υπολειτουργούν όταν υπάρχει έλλειψη επαρκών θρεπτικών συστατικών είναι η δομική λειτουργία. Πιο συγκεκριμένα ο οργανισμός μας έχει την δυνατότητα παίρνοντας θρεπτικά συστατικά από την διατροφή μας και χρησιμοποιώντας τα ως πρώτες ύλες να μπορέσει να εκτελέσει τις δομικές του ανάγκες. Η τρίχα, όπως και τα νύχια, είναι δομικά στοιχεία και προκειμένου να αναπτυχθούν και να παραμείνουν υγιή χρειάζονται όλα τα απαραίτητα στοιχεία. Σε αυτές τις περιπτώσεις όπου δεν υπάρχει σωστή διατροφή ο οργανισμός αμέσως υπολειτουργεί και στην συνέχεια πάει να λειτουργεί σε δομικό επίπεδο αναγκάζοντας έτσι τις τρίχες να εισέλθουν γρηγορότερα στην Τελογενή Φάση με αποτέλεσμα μετά από μια περίοδο 3 έως 5 μηνών οι τρίχες να λεπταίνουν και εν συνεχεία να πέφτουν δημιουργώντας έτσι πρόβλημα τριχόπτωσης. Συνήθως μια τέτοια μορφή τριχόπτωσης υποχωρεί μετά από διάστημα 6 μηνών αφότου ξεκινήσει το άτομο να τρέφεται πάλι σωστά όμως για να επανέλθει πλήρως η σωστή λειτουργία των τριχοθυλακίων όσον αφορά την δομική τους ικανότητα χρειάζεται και κάποιου είδους συμπληρωματική και βοηθητική θεραπεία. Τα περισσότερα άτομα τα οποία πάσχουν από μια τέτοιου είδους τριχόπτωση είναι κυρίως γυναίκες και μάλιστα αφού έχουν εκθέσει τον οργανισμό τους σε μια εξαντλητική δίαιτα (υποθερμιδική, χαμηλή σε πρωτεΐνες) για την απώλεια βάρους. Επίσης είναι γεγονός ότι τα περισσότερα άτομα που υποφέρουν από το πρόβλημα της τριχόπτωσης δεν λαμβάνουν και την απαιτούμενη ποσότητα νερού με αποτέλεσμα ο οργανισμός να μην έχει την απαραίτητη ενυδάτωση που χρειάζεται για να λειτουργήσει σωστά σε δομικό επίπεδο. Σε κάθε περίπτωση όμως αυτής η

μορφής τριχόπτωση θέλει προσοχή και τα άτομα πρέπει να συμβουλευούνται τον ιατρό αμέσως μόλις παρατηρήσουν προβλήματα στα νύχια, τα μαλλιά και την ποιότητα του δέρματος καθώς είναι πολύ πιθανό αφενός να έχει προκληθεί και κάποιου άλλου είδους βλάβη στον οργανισμό και αφετέρου διότι ενδέχεται να μην μπορέσουν μόνοι τους να επαναφέρουν στην ομαλή λειτουργία του το τριχωτό της κεφαλής.

Άλλοι Λόγοι: Οι πιο συχνοί λόγοι εμφάνισης τριχόπτωσης είναι η κληρονομικότητα, η δράση της τεστοστερόνης σε συνδυασμό πάντα με την ηλικιακή ωρίμανση όπου οδηγούν στην ακραία μορφή τριχόπτωση που είναι η Ανδρογενετική Αλωπεκία. Επίσης η κακή ψυχολογία και η ελλείπης διατροφή διαδραματίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στην καλή λειτουργία των τριχοθυλακίων και είναι επίσης αρκετά συχνά αίτια εμφάνισης τριχόπτωσης. Πιο σπάνια συναντάμε περιπτώσεις όπου λόγω παθήσεων όπως ο διαβήτης ή λόγω κακής λειτουργίας του θυροειδούς εμφανίζονται δείγματα τριχόπτωσης. Επίσης όταν ένα άτομο για παρατεταμένο χρονικό διάστημα βρίσκεται σε φαρμακευτική αγωγή (αντικαταθλιπτικά, ισχυρά αντιφλεγμονώδη, στεροειδή αναβολικά, κτλ) ενδέχεται να παρουσιάσει τριχόπτωση. Ακόμα ο πολύ υψηλός πυρετός για μεγάλο χρονικό διάστημα αλλά και δερματικές παθήσεις ή προβλήματα στο τριχωτό της κεφαλής οδηγούν σε τριχόπτωση κάποιες φορές. Τέλος εξωτερικοί παράγοντες όπως η υπερβολική έκθεση στον ήλιο, η συχνή επαφή με το θαλασσινό νερό ή με το χλωριωμένο νερό (της πισίνας), η τριβή κατά το βούρτσισμα και οι επεμβατικές εργασίες για αλλαγή του χρώματος και του κυματισμού, η έκθεση σε ανθυγιεινό περιβάλλον με πολύ σκόνη και μικροοργανισμούς, ακόμα και η καθημερινή χρήση κράνους και οποιασδήποτε μορφής καπέλου μπορούν να οδηγήσουν σε τριχόπτωση και εν συνεχεία σε εμφανή αραίωση. Σε κάθε περίπτωση όμως και όποια και αν είναι η αιτία πρόκλησης της τριχόπτωσης, ο ενδιαφερόμενος που πραγματικά θέλει να βελτιώσει την εικόνα των μαλλιών του πλέον έχει τα μέσα να το κάνει αρκεί να απευθυνθεί σε έμπειρους ιατρούς ώστε να μπορέσουν να τον βοηθήσουν με σεβασμό και ειλικρίνεια.