تساقط الشعر لدى النساء



◄كلما واجهن المشكلة مبكراً كان العلاج فعّالاً

أصبح تساقط الشعر من المشاكل الشائعة وسط النساء باختلاف أعمارهنّ، حيث تشكل نسبته لدى النساء اللاتي تقل أعمارهنّ عن 30 عاماً، ونسبته 60 في عمر فوق السبعين؛ ولا تعتبر مشكلة جمالية فقط، ولكنّها أيضاً ترتبط بالصحّة، وتعاني الكثيرات في صمت، ويقمن بتصفيف شعرهنّ بطرق مختلفة من وقت لآخر لإخفاء المشاكل التي لحقت به.

تنصح د. ماري ميركيوريو أستاذ طب الأمراض الجلدية بجامعة روشستر في نيويورك قائلة: "كلما واجهت المرأة المشكلة مبكراً وبحثت عن العلاج الناسب كان العلاج فعّالاً". تحتوي فروة الرأس تقريباً على 100.000 شعرة، حيث يخرج من كلّ بصيلة شعرة واحدة تنمو بمعدل بوصة واحدة شهرياً، وبعد مرور عامين إلى 6 أعوام ترتاح الشعرة قليلاً لتسقط بعدها وتحل مكانها شعرة جديدة أخرى وهكذا تكون دورة الشعر؛ وفي الوقت الذي يكون فيه 85% من الشعر في حالة نمو تكون بقيته في حالة الراحة التي تسبق السقوط والتجديد.

أنواع تساقط الشعر:

نمط فقدان الشعر والذي عادةً ما يكون عنصراً وراثياً قوياً يمكن أن تكون موروثة من الأُم أو الأب. كما يشار إليه بالثعلبة الذكرية، وهذا النوع من فقدان الشعر يمكن أن يبدأ في وقت مبكر من أواخر سنوات المراهقة، وكلما أصيب به الشخص مبكراً كان فقدان الشعر أسرع؛ ومعظم النساء اللاتي يعانين من نمط فقدان الشعر لا يظهر عليهنّ تراجع الشعر أو البقع الصلعاء أعلى فروة الرأس كما هو شائع في الرجال يكون في شكل ترقق مرئي في وسط الفروة وتقل كثافة الشعر بسبب قصر دورة النمو، حيث يبقى الشعر على الرأس لفترة زمنية أقصر؛ أما بالنسبة للشعيرات الناعمة – التي تشبه شعر الساعد – فإنّها لا تحقق طولها المعتاد من النمو. الثعلبة وهي ردة فعل خاطئة يقوم بها جهاز المناعة حيث يهاجم جذور بصيلات الشعر ويسبب بقعاً صلعاء بالفروة، وربما تتطور فجأة؛ وتنتهي المشكلة من تلقاء نفسها لدى 70% من المرضى في غضون عامين مع أو بدون علاج.

الصلع الناتج عن جذب الشعر لفترات طويلة وهو تصفيف الشعر بطريقة شد الشعر بقوة مثل تصفيفة ذيل الحصان، والجدائل، وربط الشعر بالحلقات البلاستيكية؛ مما ينتج عنه تلف بصيلة الشعر، وعند الانتباه مبكراً إلى الحالة والتوقف عن ذلك ينمو الشعر مجدداً.

العلاج:

توجد بعض العقاقير الموضعية وكذلك يفيد استخدام الرغوة العلاجية لمرة واحدة يومياً ويساعد على نمو الشعر مجدداً وثبت نجاحه لدى 81% من النساء اللاتي استخدمته؛ ويقوم الطبيب أحياناً بفحص معدلات الفيريتين (البروتين الذي يدل على كمية الحديد المخزن بالجسم)، وتشير دراسة جديدة إلى أنّ تلك المعدلات تكون منخفضة في النساء اللاتي يعانين من فقدان الشعر وربما تساعد مكملات الحديد في زيادة نسبته؛ ومن العلاجات الجديدة مشط ليزر يعمل على العلاج بالضوء الأحمر، حيث يقوم الجهاز بزيادة الدورة الدموية والمسيرة البيولوجية التي تكوّن الشعر وتحسن الشعر لدى المستخدمين لهذا الجهاز بعضهم بعد 8 أسابيع والبعض الآخر بعد 16 أسبوعاً. تنتج حالة فقدان الشعر في بعض الحالات عن خلل هرموني مثل هرمونات الذكورة الزائدة المعروفة باسم "الأندروجين"، وما يدل على ذلك إذا كان نمط فقدان الشعر لدى المرأة يشبه نمط فقدان الشعر لدى الرجال، ويمكن علاج هذه الحالة مع الأدوية والوصفات الطبية مثل منشطات الهرمونات أو أقراص منع الحمل.

وأثبتت ذلك إحدى الدراسات التي وجدت أنّ 62% من النساء اللاتي يتناولن حبوب منع الحمل التي تحتوي أيضاً على البروجستين دروسبيرينون الاصطناعية أنّهم تحسنوا. لذلك قد يكون فعّالاً لفقدان الشعر لدى الإناث الناتج عن زيادة الأندروجين، وبما أنّ الدراسات محدودة لا يمكن استخدام هذه الوسيلة لعلاج الذكور فلا ينبغي أن تستخدمها المرأة الحامل أو التي تخطط للحمل. ومن الوسائل العلاجية الأخرى لهذه الحالة هي زرع الشعر، حيث يتم زرع بصيلات الشعر الصغيرة المأخوذة من منطقة واحدة من فروة الرأس إلى المناطق المتضررة، ويمكن أن تكون فعّالة جدّاً وتكون نتائجها دائمة وذات مظهر طبيعي.

في حالة إن كان تساقط الشعر غير ناتج عن مشكلة هيكلية فلا ضرورة من تغيير نمط تصفيف الشعر بالطريقة التي اعتادت عليها المرأة لأنّ ذلك غير مرتبط بتلك الحالة من التساقط؛ ويمكن غسل الشعر بالشامبو المضاد للقشرة والذي يحتوي على مضادات البكتريا والفطريات.

هل يمكن أن يشير تساقط الشعر إلى وجود مشاكل صحّية أخرى؟

يشير أحياناً تساقط الشعر إلى حالة مرضية تسمى "فرط الأندروجينية"، وهي فرط ارتفاع معدلات هرمون الأندروجين الذكوري لدى المرأة، ويؤثر ارتفاع هذا الهرمون في خلل بوظائف المبيض وتعرف أيضاً بـ"تكيس المبيض المتعدد"؛ ويكون مصحوباً بمؤشرات أخرى غير تساقط الشعر منها البدانة، والبثور على الوجه، واضطراب موعد الدورة الشهرية؛ وهو أحد أسباب العقم لدى النساء. تعاني كثير من النساء من هذه الفئة من متلازمة الأيض وهي خمس مشاكل صحّية تتزامن مع بعضها منها كبر حجم البطن، وارتفاع ضغط الدم واللذين ربما يؤديان إلى الإصابة بمرض السكري والأزمات القلبية والسكتة الدماغية.►