

Hajhullás, kopaszodás

96

Minden embernek hullik a haja: a régi hajszálak folyamatosan újakkal pótlódnak. A fokozott hajhullás kopaszodással is jár, ami önértékelési problémákat okozhat. Megkülönböztethetünk férfi és női típusú hajvesztést. A kopaszodás ritkább típusai bizonyos betegségekre hívhatják fel a figyelmet, vagy gyógyszerek mellékhatásaként léphetnek fel.

A természetes hajhullás

A haj 2–6 éves ciklusokban növekszik, és egy-egy hajszál kb. 1 cm-t nő havonta. A hajszálaink 90%-a növekvő, 10%-a nyugvó fázisban van. A nyugvó hajszálak 2–3 hónap után kihullanak, újakkal pótlódnak. Ha naponta 100-nál több hajszálat veszítünk, idővel megritkul a hajunk. A kopaszodás sokak szemében az öregedés látványos jele.

A férfiak kopaszodása 40 éves kor előtt sem ritkaság, és az 50 éves férfiak felének észrevehetően gyérül a haja. A férfiak hamarabb kopaszodnak, mint a nők, mert a hajszálak szórtüszői érzékenyek a férfi nemi hormonra. A férfi típusú kopaszodás a hajvonal halántéktáji visszahúzódásával kezdődik, majd a fejtetőn és a homloktájon folytatódik. A nők természetes hajvesztése során főleg a fejtetőn és a középvonalban ritkul a haj, a homlok hajvonala megmarad.

Mi okozhat foltos hajhullást?

Ha foltokban hullik ki a haj, de a fejbőrön nincs egyéb elváltozás, az alopecia areata nevű betegsége gyanakodhatunk. Ez többnyire tizenéves vagy fiatal felnőtt korban lép fel, a hajlam öröklődhet. A fejbőr kivörösödésével, hámlásával és a tarkótáji nyirokcsomók megnagyobbodásával járó foltos hajhullást többnyire gombás fertőzés (tinea capitis) okozza.

Azokban a ritkább esetekben, amikor a kopaszodás helyén a bőr hegesedik, alapos bőrgyógyászati és/vagy belgyógyászati kivizsgálásra van szükség, mert erélyes kezelést igénylő betegség (pl. szisztémás lupus) állhat a háttérben.

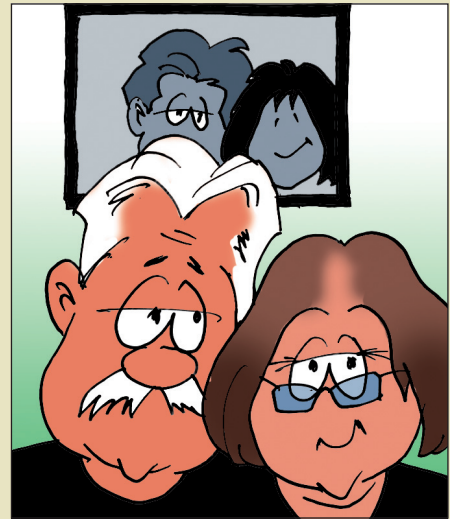
Mi okozhat általános hajhullást?

Az általános hajhullás egyik típusa, a növekedési fázisban levő hajszálak tömeges kihullása (anagén effluvium) általában daganat elleni gyógyszeres kezelés (kemoterápia) mellékhatása.

A másik típusban (telogén effluvium) nagyszámú hajszál kerül át növekedési fázisból nyugvó fázisba, s ezért hullik ki akár a hajszálak 30–50%-a is néhány hónapon belül. Az ilyen hajhullás oka lehet sérülés, fertőzés, műtét, drasztikus fogyókúra, lelki stressz, szülés, pajzsmirigybetegettség, vérszegénység, gyógyszer, de a kiváltó okra nem mindig derül fény.

Hajviselet és hajhullás

Bizonyos hajviseleti szokások, fodrászati-kozmetikai eljárások megviselik a hajszálakat. Hajártalmat okozhat a vendéghaj, a szoros hajfonat, a hajcsavarók használata, a hidrogénezés, a színezés, a tartós hullám. Ha megszűnik a károsító tényező, mérséklődik a hajhullás is.



A férfi típusú hajhullásra az M alakú homlokvonal, a női típusúra a középvonal kiszélesedése jellemző

Vannak-e hatásos hajnövesztő szerek?

A kóros kopaszodás az ok kiküszöbölésével visszafordítható. A foltos hajhullás ellenszerei a helyi szteroidok, illetve a szájon át szedhető gombaölő szerek. Telogén effluvium esetén az étrend vagy az életmód megváltoztatása, a fertőzés megszüntetése, a hormonegyensúly helyreállítása vagy gyógyszerelváltás fordíthatja vissza a hajvesztést.

A természetes kopaszodás lassítására szolgáló gyógyszerek csak mérsékelten és csak a kezelés ideje alatt hatásosak. A legkevesebb mellékhatást a minoxidil tartalmazó készítmények okozzák, de ezek használatához is érdemes kikérni a háziorvos tanácsát.

Ez a tájékoztató nem helyettesíti az orvosi kezelést. A betegek számára készített másolatoktól eltekintve felhasználása csak a kiadó írásos hozzájárulása nyomán engedélyezett.