

מי מפחד מנשירת שיער?

האם יש מישהי שלא חוותה מתישהו במהלך חייה נשירת שיער עוצמתית ומפחידה?
לכולנו זה קרה בשלב כזה או אחר: לאחר מבחן גדול באוניברסיטה, תקופה לחוצה בעבודה, חלק
מתופעות ה"לאחר לידה" ועוד ועוד...
ולכולנו בוודאי זאת הייתה חוויה מאוד לא נעימה.

יש משהו מאוד מלחיץ בערימה של שערות בין כפות הידיים, על הכרית, באמבטיה או בכל פינות הבית
כשהבן זוג כבר מעיר וזה בטוח לא של הכלב...

מהי תופעת נשירת השיער? למה זה כל כך מוגזם? האם הפחד מוצדק או לא? ומה בעצם עושים?

נשירת שיער הינה תופעה נורמאלית של הגוף, השיער מתחדש במחזוריות ממוצעת כל 4 שנים
ובמקום השיער הנושר צומח שיער חדש. השיער המתחדש מתחלף בצורה הדרגתית כך שאנו לא שמים
לב למשהו יוצא דופן למעט הכמות הרגילה של שיער אשר נושר ונמצא בעיקר על מברשת השיער.

לעומת זאת, **תופעת נשירת השיער המוגברת הינה תופעה עוצמתית** הנמשכת זמן מה ועלולה להביל
לדילול השיער, ירידה בנפח ולפגיעה במראה אשר ייצרו אצלנו תחושה של פחד, ירידה בביטחון, עצבות
ואפילו דיכאון.

למה זה קורה?

כי החיים שלנו מורכבים והשיער עוד יותר.
על אף שהשיער נוצר באבולוציה למטרות הגנה בלבד ולכן לא בהכרח חיוני לגוף, לאישה או לגבר כיום
השיער הוא עולם ומלואו ומשרת מטרה ביופי ואסתטיקה שלנו, בהשלמת המראה הכללי והביטחון העצמי.

המנגנון לנשירת שיער מושפע מסיבות רבות ושונות החל מלחץ, תרופות ומחלות, חסר בויטמינים או מינרלים, פגיעה מקומית בשורשי השיער ואפילו טיפולים קוסמטיים שעלולים להוביל לנשירה מאסיבית ומתמשכת שלעיתים לא תחדל עד לקבלת הטיפול המתאים.

אז לאחר שמבינים שיש בעיה כי **נשירת השיער** מתמשכת ולא מפסיקה והשיער אינו כתמול שלשום, דליל והשתנה בנפח, אין מנוס מלחפש את הפתרון המתאים. כמו בכל נושא ותחום חשוב להבין מהם מגוון הפתרונות שיש לשוק להציע, ויותר מכך- מהו הפתרון הנכון ביותר עבורי ובהתאמה לבעיה הספציפית שלי. לשם כך נדרשת חוות דעת מקצועית של מומחה שיער- הטריקולוג המוסמך – אשר לרשותו היכולת לבצע אבחון מקיף ומעמיק, הידע לשאילת השאלות הרלוונטיות, והכלים בכדי להתאים את הטיפול המדויק בהתאמה האישית. הטריקולוג, מטרתו להעניק את הטיפול שיאפשר את חיזוק שורשי השיער לטובת שיפור איכות השיער, עיבוי והבראתו לכדי מראה מלא ובריא.

מגוון הטיפולים

הדבר העיקרי והחשוב להבנה הוא שהטיפול בנשירת השיער מתמקד בסביבת התפתחותו של השיער – ה **שורשים ועור הקרקפת** . באזור זה התאים מתפתחים ומתרבים, הם שוקקים אנרגיה וחיים ומאפשרים לשיער את צמיחתו.

סוגי הטיפול השונים הם :

ü הקרקפת עור לאיזון טיפול

ü השיער שורשי לחיזוק טיפול

ü טיפולים ייעודיים תזונה ותוספי תכשירים

ü PRP תרפיה פלסמה

אסתטיים שיער ופתרונות עיצוב - בריאות מספרת

הצורך במידת עור רופאי עם בשילוב רפואיים טיפוליים

וטיפ לסיים,

מה עוד ניתן לעשות?

יש לנקוט בגישה רב תחומית בבואנו להתמודד עם בעיית השיער שלנו, חשוב להבין כי אין תרופות קסם ויש להתמקד בפעולות נוספות שונות כגון: הפחתה של שימוש במזיקים החל מכימיקלים ועד חומרים שונים שאינם מטיבים עם בריאות השיער, הקפדה על אורח החיים ובו על התזונה השונה והפעילות הגופנית, ובעיקר להפחית את עוצמת הסטרס והלחץ בו אנו חיים כיום.

המאמר נכתב על ידי חברת הייר קליניק אשר מובילה בישראל את נושא הטיפול

בשיער ובקרקפת מעל 22 שנה.

לאתר שלנו : <https://hairclinic.co.il/>