



## ΤΡΙΧΟΠΤΩΣΗ... ΓΕΝΟΥΣ ΘΗΛΥΚΟΥ

Μάθετε ποιες είναι οι πιο σύγχρονες ανώδυνες μέθοδοι για την αντιμετώπιση της απώλειας μαλλιών και τι επιλογές σας προσφέρουν.

### Χριστόφορος Τζερμιάς,



δερματολόγος  
εξειδικευμένος  
στην Οξφόρδη,  
διευθυντής του  
Δερματολογικού  
Κέντρου Laser &  
Skin-Hair-Nail

Health και του Τμήματος Επεμβατικής  
Δερματολογίας του Ιατρικού Κέντρου  
Αθηνών. [www.tzermias.gr](http://www.tzermias.gr),  
[ctzermias@gmail.com](mailto:ctzermias@gmail.com)

Μέχρι πριν μερικά χρόνια οι πιο πολλοί θεωρούσαν ότι η απώλεια μαλλιών ήταν κυρίως πρόβλημα των αντρών. Πλέον τα δεδομένα έχουν αλλάξει και το ζήτημα απασχολεί σε μεγάλο βαθμό και τις γυναίκες. Ολοένα και περισσότερες από αυτές, ήδη από την ηλικία των τριάντα ετών, βλέπουν τα μαλλιά τους να αραιώνουν και την αυτοπεποίθησή τους να πέφτει... τρίχα τρίχα. Ο καλύτερος τρόπος για να κατανοήσει κανείς τι σημαίνει η ανάπτυξη των μαλλιών είναι να φανταστεί την εικόνα ενός κήπου. Η καρποφορία του σχετίζεται άμεσα με το «υπέδαφος». Η τρίχα επιτελεί έναν παρόμοιο ρόλο σε ό,τι αφορά τη φυσιολογική ανάπτυξη των μαλλιών. Οποιαδήποτε διαταραχή του κύκλου εξαιτίας διαφόρων παραγόντων -φαρμακευτική αγωγή, ασθένεια, έλλειψη βιταμινών ή ορμονικές αλλαγές- μπορεί να διακόψει την ομαλή διαδικασία ανάπτυξης των μαλλιών και να οδηγήσει σε πρόωρη τριχόπτωση.

Στις γυναίκες, οι συνθέστερες αιτίες είναι ορμονικές διαταραχές (ειδικά σε περίοδο κύησης), το σύνδρομο των πολυκυστικών

ωοθηκών, η διακοπή της λήψης αντισυλληπτικών, τυχόν δυσλειτουργίες του θυρεοειδούς αδένος, η ύπαρξη αναιμίας ή αυτοάνοσου νοσήματος, η χαμηλή φεριτίνη, αλλά και δερματικές παθήσεις, όπως ο θυλακικός λειχήνας κ.ά. Άλλες σημαντικές παράμετροι είναι η κληρονομικότητα, η απότομη απώλεια βάρους, αλλά και το στρες.

Για τη σωστή διάγνωση, πολύτιμο εργαλείο είναι η τριχοσκόπηση. Πρόκειται για την αναλυτική εξέταση των τριχών και του τριχωτού της κεφαλής με ειδικό δερματοσκόπιο ή βιντεομικροσκόπιο πολωμένου φωτός. Είναι μια μη επεμβατική και οικονομική διαγνωστική τεχνική, που επιτρέπει την κλινική διάγνωση των συχνότερων μορφών τριχόπτωσης, έτσι ώστε να επιλεγεί η κατάλληλη αγωγή για την ενδυνάμωση και την αύξηση της παραγωγικότητας των τριχοθυλακίων. Η τριχοσκόπηση, με την οποία διαπιστώνονται ο αριθμός των ενεργών τριχοθυλακίων και η δραστηριότητά τους σε ό,τι αφορά τον αριθμό, το πάχος και την ποιότητα των τριχών που εκφύονται από το καθένα, χρησιμοποιείται και για την παρακολούθηση των αποτελεσμάτων της εφαρμοζόμενης αγωγής.

Αφού διαπιστωθεί ο τύπος της τριχόπτωσης, καταστρώνεται το πλάνο δράσης. Μπορούν να γίνουν τοπικά εγχύσεις μινοξιδίλης και ντουαστερίδης, που ενισχύουν τη ροή αίματος στο τριχωτό της κεφαλής και παρατείνουν τον κύκλο ανάπτυξης της τρίχας. Εντυπωσιακά αποτελέσματα προσφέρει και η θεραπεία PRP, που βασίζεται στην τοπική έγχυση εμπλουτισμένου με αιμοπετάλια πλάσματος του ασθενούς. Ακόμα υπάρχει η δυνατότητα της ενεργοποίησης με τη χρήση φωτός σε τρία διαφορετικά μήκη κύματος, καθώς και της αυτομικρομεταμόσχευσης μεμονωμένων τριχοθυλακίων. Συνδυαστικά, μπορεί να χρησιμοποιηθεί και η σύγχρονη μέθοδος carboxytherapy με υποδόριες εγχύσεις, που προξενεί αγγειοδιαστολή και τρέφονται τα τριχοθυλάκια.