

Алопеция (выпадение волос, облысение)

розділ: Захворювання шкіри, волосся та нігтів
у дітей, дата: 17.05.2016, автор: Кегич А.С.,
Пасечник И.П. по материалам
www.mayoclinic.org



Алопеция

Потеря волос может отмечаться как на голове, так и на всем теле. Это может быть результатом наследственных факторов, гормональных изменений, других заболеваний или приемом лекарств. И взрослые, и дети могут страдать от потери волос.

Облысение (алопеция) – это чрезмерная потеря волос с головы. Эта патология имеет наследственный характер. Некоторые люди предпочитают не обращать внимание на свое облысение и не лечить его. Одни могут прикрыть его с помощью прически, косметики, шляпы или шарфа, в то время, как другие начинают лечиться, чтобы предотвратить дальнейшую потерю волос и восстановить их рост.

Прежде, чем стремиться лечить потерю волос, поговорите со своим врачом о причине потери волос и лучших вариантах лечения.

Симптомы

Потеря волос может проявляться по-разному, в зависимости от причины, которая вызывает ее. Начало может быть внезапным или постепенным, затрагивает только кожу головы или все тело. Некоторые типы потери волос временные, а другие постоянные.

Симптомы потери волос могут включать:

Постепенное облысение на макушке головы. Это наиболее распространенный тип потери волос, который затрагивает мужчин и женщин с возрастом (по мере старения). У мужчин волосы часто начинают редеть от лба в виде линии, которая напоминает букву М. Женщины, как правило, сохраняют волосную линию на лбу.

Круглые или гнездные лысые пятна. У некоторых людей отмечаются гладкие облысевшие участки размером с монету. Этот тип потери волос обычно затрагивает только кожу головы, реже

область бороды или бровей. В некоторых случаях кожа может зудеть или быть болезненной, прежде чем волосы выпадут.

Внезапная потеря волос. Физический или эмоциональный стресс может спровоцировать выпадение волос. Горстки волос могут выпадать при расчесывании или мытье волос или даже после бережного потягивания. Этот тип потери волос обычно вызывает повсеместное выпадение с волосяных участков тела.

Потеря волос по всему телу. Некоторые препараты, такие как химиотерапия для лечения рака, могут привести к потере волос по всему телу. Волосы обычно вырастают снова.

Участки выпадения, которые распространяются по всей волосистой части головы. Это симптом стригущего лишая. Он может сопровождаться сломанными волосами, краснотой, отеком и, время от времени, мокнутием кожи.

Когда обратиться к врачу

Обратитесь к врачу, если ребенок или вы обеспокоены потерей волос и хотите найти причину. Особенно, если вы замечаете внезапную или гнездную потерю волос или чрезмерную потерю волос при расчесывании или во время мытья головы. Внезапная потеря волос может быть сигналом заболевания, которое требует лечения.

Причины

Большинство людей в норме теряет 50 - 100 волос в день. Это обычно не вызывает значимого уменьшения количества волос на голове, потому что вырастают новые волосы. Потеря волос появляется, когда цикл роста волос и выпадения прерван или когда волосяной фолликул разрушен и заменен шрамом.

Точная причина потери волос недостаточно изучена, но обычно она связана с одним или несколькими факторами:

- Семейная история (наследственность)
- Гормональные изменения
- Заболевания
- Лекарства

Семейный анамнез (наследственность)

Наиболее распространенная причина потери волос - наследственная предрасположенность, которая называется облысение по женскому или мужскому типу. Обычно это происходит постепенно, определенным образом — лысина и лысые пятна у мужчин, и редеющие волосы у женщин.

Наследственность также определяет возраст, в котором вы начнете терять волосы, скорость потери волос и степень облысения. Облысение у мужчин может начаться в период полового созревания. Этот тип потери волос включает утончение волос и миниатюризацию (волосы становятся мягкими, тонкими и короткими).

Гормональные изменения и заболевания

Многие состояния могут вызвать потерю волос, включая:

- Гормональные изменения. Гормональные изменения и дисбаланс могут вызвать временную потерю волос. Это может произойти при беременности, рождении ребенка или в начале менопаузы. Проблемы с щитовидной железой также могут вызвать потерю волос.

- Гнездная потеря волос. Этот тип потери волос называют alopecia areata. Возникает, когда иммунная система атакует волосяные фолликулы, вызывая внезапное выпадение волос, оставляя гладкие, кругловатые лысины на коже. Большой популярностью среди ученых пользуется точка зрения об очаговой алопеции как об аутоиммунном заболевании.
- Инфекции кожи головы. Например, стригущий лишай может вызвать потерю волос и образование чешуйчатых участков. После приема соответствующей терапии волосы обычно вырастают снова.
- Другие заболевания кожи. Болезни, которые вызывают рубцующееся облысение, могут привести к постоянной потере в травмированных областях. Эти состояния включают плоский лишай, некоторые типы волчанки и саркоидоза.
- Трихотилломания. При этом заболевании больные имеют непреодолимое желание вырвать волосы с головы, бровей или других областей тела.

Прием лекарств

Потеря волос может быть вызвана медикаментами, используемыми для лечения рака, артрита, депрессии, проблем с сердцем, повышенного артериального давления и контрацептивами. Переизбыток витамина А может также вызвать потерю волос.

Другие причины

Потеря волос может быть следствием:

- Лучевой терапии, после которой волосы обратно вырастают, но не становятся такими, как раньше.
- Стрессовое событие. У многих людей выпадают волосы спустя несколько месяцев после физического или эмоционального стресса. Этот тип потери волос временный. К примерам стрессовых событий относят внезапную или чрезмерную потерю веса, высокую температуру, хирургическую операцию или смерть в семье.
- Частые укладки волос и уход. Чрезмерное парикмахерское вмешательство или прически, которые затягивают ваши волосы, такие как косички или конские хвосты, могут вызвать облысение. Лечение горячим маслом и завивка волос могут вызвать воспаление волосяных фолликулов, которое приводит к потере волос. Если образуются рубцы, потеря волос может быть постоянной.

Факторы риска

- Отягощенная наследственность
- Возраст
- Несбалансированное питание
- Некоторые заболевания, такие как сахарный диабет или волчанка
- Стресс

Как подготовиться к приему врача

Вот примерный список самых часто задаваемых вопросов:

- Что является причиной выпадения волос?
- Есть ли другие причины?
- Какие анализы мне необходимо сдать?
- Это состояние временное или хроническое?

- Каков лучший план действий?
- Мои волосы вырастут снова? Сколько времени это займет?
- Есть ли какие-либо ограничения, которых я должен придерживаться?
- Есть ли препараты-аналоги у тех, которые Вы мне назначаете?
- У Вас есть какие-либо брошюры или другой печатный материал, который я могу забрать домой с собой?
- Какие веб-сайты Вы рекомендуете посетить?

Что ожидать от Вашего врача

Ваш доктор, вероятно, задаст Вам много вопросов. Готовность ответить на них может сократить время, чтобы остановиться на тех пунктах, которые Вы хотите уточнить. Ваш доктор может спросить:

- Когда Вы начали страдать от потери волос?
- Потеря волос была постоянна или случайна?
- Вы заметили плохой рост волос? ломкость волос? потерю волос?
- Потеря волос у Вас была очаговой или по всему телу?
- У Вас была подобная проблема в прошлом?
- Кто-либо из Ваших ближайших родственников страдал от потери волос?
- Какие лекарства или добавки Вы принимаете?
- Что на Ваш взгляд улучшает Вашу потерю волос? что ухудшает?

Диагностика

- Осмотр
- Анализ крови может помочь выявить заболевания, связанные с потерей волос, такие как заболевание щитовидной железы.
- Выдергивание волос. Врач аккуратно тянет несколько дюжин волос, чтобы увидеть, сколько выпадает. Это помогает определить стадию процесса.
- Биопсия скальпа. Берется небольшой участок кожи головы, захватывая несколько волос, чтобы исследовать корни. Это может помочь определить, есть ли инфекция.
- Световая микроскопия. Для этого используется специальный инструмент, чтобы исследовать волосы, подстриженные у их оснований. Микроскопия помогает увидеть заболевания волосяного стержня.

Лечение

Существуют эффективные способы лечения некоторых типов потери волос. Однако, иногда потеря волос постоянна. При некоторых состояниях, таких как гнездное облысение, волосы могут повторно вырасти без лечения в течение года.

Лечение потери волос включает консервативную, хирургическую, лазерную терапию и парики или шиньоны. Ваш доктор может предложить комбинацию этих методов для достижения лучшего результата.

Цель лечения состоит в том, чтобы стимулировать рост волос, замедлить потерю волос или скрыть облысение.

Консервативное лечение

Если причиной потери волос является какое-либо заболевание, то лечить необходимо первопричину. В этом случае могут применяться препараты, уменьшающие воспаление и подавляющие иммунную систему, такие как преднизолон. Если потерю волос вызывают принимаемые Вами препараты, то врач попросит Вас прекратить их принимать хотя бы на 3 месяца.

В настоящее время 2 препарата рекомендованы Комиссией по контролю за продуктами и лекарствами (FDA), как средства для лечения выпадения волос. Вот они:

- **Миноксидил (рогайн)**

Миноксидил – это жидкость или пена, которая массирующими движениями втирается в кожу головы два раза в день и способствует уменьшению выпадения волос. Подходит как женщинам, так и мужчинам. После применения этого препарата уменьшается выпадение и ускоряется рост волос. Эффект достигает максимума спустя 16 недель, но для закрепления действия Вы должны продолжать применять лечение.

Возможные побочные эффекты включают раздражение кожи головы, интенсивный рост волос на коже лица и рук и ускорение сердечного ритма (тахикардия).

- **Финастерид (пропеция).**

Применяется только у мужчин. Выпускается в виде таблеток, которые применяют ежедневно, длительно. Он помогает предотвращать процесс выпадения волос и вызывает восстановление выпавших волос.

При использовании финастерида у мужчин могут возникнуть временные побочные эффекты, связанные с половой функцией, включая расстройства эрекции и проблемы с половым влечением, а также повышение риска развития рака простаты.

Хирургическое лечение

Перманентная потеря волос затрагивает теменную область головы. Пересадка волос или хирургическая коррекция могут максимально использовать волосы, которые Вы имеете в запасе.

Во время этой процедуры хирург удаляет крошечные кусочки кожи с боковой или задней части скальпа, каждый содержащий несколько волос. Затем пересаживает кожные кусочки в лысые участки скальпа. Вас можете проходить лечение от потери волос до и после операции, чтобы улучшить результаты. Необходимо продолжать применение медикаментов, предотвращающих выпадение сохранившихся волос.

Хирургическое лечение облысения дорогостоящее и болезненное. К побочным эффектам относят шрамы и инфицирование.

Лазерное лечение

Лазерный аппарат низкой частоты применяется для лечения гнездного облысения у мужчин и женщин. Этот аппарат одобрен FDA. Исследование проводилось на 128 мужчинах и 141 женщине. По результатам исследования отмечалось уменьшение потери волос и их утолщение после применения аппарата. Побочные эффекты не были замечены, но для выявления побочных эффектов после длительного применения аппарата необходимы дальнейшие исследования.

Парики и шиньоны

Вы можете попробовать парик или шиньон как альтернативу лечения или, если Ваше облысение не поддается лечению. Они могут использоваться, чтобы прикрыть постоянную или временную потерю волос. Существуют качественные и естественно выглядящие парики и шиньоны.

Нетрадиционная медицина

Если Вы питаетесь полноценно, то пищевые добавки Вам не показаны.

Некоторые исследования показали, что комбинация масел лаванды, тимьяна, розмарина и древесины кедра эффективны при гнездом облысении.

Профилактика

- Придерживайтесь сбалансированного питания
- Избегайте тугих причесок, таких как гульки, косы или "конские хвостики".
- Не крутите и не вырывайте свои волосы.
- Обращайтесь с волосами бережно во время мытья и расчесывания. Широкозубая расческа может помочь предотвратить выпадение волос.
- Избегайте жестоких манипуляций, таких как горячие ролики, щипцы для завивки, лечение горячим маслом и химическая завивка.

www.mayoclinic.org