

Mi okozza a fejtetőn lévő hajhullását?

A nők és a férfiak hajhullásának számos oka van. A férfiak hajhullásának nagy többségében az oka az örökletes Androgén Alopecia, egyszerűbben nevezve, „Férfi Típusú Hajhullás (FTH)”. A dihydrotestosteron (DHT) hormonnak a jelenléte, egy genetikailag erre hajlamos férfiban szükségszerű, hogy problémát okozzon. A legtöbb női páciensnél, akinek hullik a haja, egyszerűen csak örökletes női típusú hajhullásról beszélhetünk. Ezt a feltételezést még mindig kutatják, de a hormon behatások a női örökletes hajhullásnál, valószínűleg különbözőbbek, mint a férfiaknál. Néhány a legkevésbé közös hajvesztések okai, amelyek megállíthatóak gyógyszeres kezeléssel a következők lehetnek: pajzsmirigy betegségek, vashiány, magas láz, sebészeti, vagy altatás, „hirtelen fogyás”, gyerekszületés, vagy bizonyos gyógyszeres kezelések. Vannak bőrgyógyászati fejbőr rendellenességek is, amelyek okozhatnak állandó, vagy átmeneti hajvesztést, mint például a lupus, lichen planopilaris, és az alopecia areata. Sok mítosz kering abban a témában; hogy a hajvesztést NEM a szegényes keringés, eldugult hajtüszők, gyakori hajmosás, sapkák, vagy kalapok viselése, illetve a hajtakák jelenléte okozza. Az is fontos, hogy emlékezzünk arra, hogy a legtöbb felnőtt körülbelül 75-125 hajszál veszít a fejbőrön lévő hajszálaiból minden nap. Egy természetes körforgásnak köszönhetően, amikor néhány hajszál elhalt állapotba kerül (telogén), ekkor más hajszálak kikerülnek ebből az állapotból és elkezdnek új hajszálakat kinöveszteni (anagén). Addig ameddig ez a folyamat egyensúlyban van a hajszálak száma a fejbőrön állandó marad. Az egyik csekélyebb tényezője a hajhullásnak a stressz, amelyről azt gondolják, gyorsítja a már genetikusan meglévő hajhullást. Azonban ez valószínűleg nem okozna önmagában hajhullást a szükséges gének és hormonok nélkül. A férfi és a női típusú hajhullás tendenciáját genetikusan örököljük valamelyik szülőtől és a pubertáskor után kezdődik el. Tehát, a fejbőrön lévő haj genetikailag elvárható férfi genetikai kopaszság (általában a fejbőr eleje és teteje), amely elkezd összehúzódní a hajszálátmérőjében és a potenciális hosszúságában az ember minden egyes 3-5 éves haj életszakasza folyamán addig, amíg végleg el nem tűnik. A legtöbb férfi fejbőrének hátulján és oldalain lévő hajszálak általában genetikailag „állandó” hajak, és a férfiember egész életében megmaradnak.

Mit tehetünk a férfi típusú hajhullás megakadályozásának érdekében?

Manapság sokkal több lehetőség áll rendelkezésre a kopaszodó embereknek, mint bármikor ezelőtt.

- A hajátültetés egy tartós, élő megoldást kínál a kopaszodó embereknek.
- Hatásos orvosi kezelések elérhetőek pirula formájában (finasteride), és egy alkalmi folyadék (minoxidil). Ezek egész élethosszúságra szóló kezelések, hogy fenntartsák a hatásaikat.
- Vannak kozmetikai szerek, ezek a színezett krémek, szprék, és porok melyeket, ha a ritkuló fejbőrön alkalmazunk, segítenek álcázni a kopaszodó területeket addig amíg még van néhány hajszál az adott területen. Ezek nem kezelik a hajhullást.
- Az álhajak nem sebészeti megoldások, hogy befedjük a fejbőr kopasz területeit hajjal. Sokféle megoldás van ezeknek a felhelyezésére. A legegyszerűbbek a ragasztóanyagok, szövet csatolmány és a hajvágások.

Sebészeti kezelések

A modern hajátültetés helyre tudják állítani az elveszett haját és ki tudják cserélni, vagy újra tudják formázni a hajvonaladat a természetes, élő hajaddal, amellyel nem kell többet törődnöd, mint megmosni, formázni és vágni, amit egyébként is megtennél. A hajátültetés olyan sikeres lehet manapság, hogy gyakran egy fodrász, vagy stylist sem tudja megmondani, hogy be lettek ültetve a szövetek. Az eljárás magában foglalja a tartós hajjal ellátott bőr elmozdítását, a fejbőr oldalairól és/vagy hátuljáról (donorterület). Aztán egy nagyító segítségével a biológiai szövetet felboncolják folliculáris egység átültetett szövetekre (1-4 hajszál) és multi-folliculáris egység átültetett szövetekre (3-6 hajszál). Ezeket a kis szöveteket aztán aprólékosan beépítik a kopasz, vagy kopaszodó fejbőr területére (befogadó terület) úgy, hogy egyáltalán ne sértsék meg a már meglévő hajtüszőket az adott területen, és ugyanolyan pontos szögben rakják be, mint ahogy a többi hajszál helyezkedik el. Tehát a nagyon kis folliculáris egység szövetek létrehozása képessé teszi a hajsebészt, arra hogy nagyon természetes, pelyhes hajvonalakat hozzon létre, amelyeknek nincsen összecsapott, „pluggy” kinézete, amiket gyakran láthattunk az elmúlt évek hajátültetéseinél. Néhány sebész jobban kedveli kizárólag a folliculáris egység szövetek behelyezését, míg mások úgy gondolják, hogy a multi-folliculáris egység szövetek behelyezése a központi fejbőr területekre lehetővé teszi számukra, hogy jobb a központi sűrűséget hozzanak létre. A frontális középső és csúcs fejbőr területen lévő kopaszság mértékétől függően ált. 2-3 beavatkozást végeznek. A szövetszámokat nagymértékben variálva, a potenciális kopaszság területére alapozva, a páciens biztonságos donorellátottságára támaszkodva, hajának szöveti jellegzetességeire akár multi-folliculáris szövetegységeket felhasználva kiegészítésként a folliculáris egység szövetekhez és a beteg sajátos céljai. A hajátültetés sebészethez napjainkban figyelemreméltóan jól viszonyulnak. 24 órán belül kis hegek formálódnak minden egyes átültetett szöveten, amelyek aztán befornak kb. 4-14 nap múlva. Az átültetett hajak aztán gyakran növekedni kezdenek, a 10-16. héttől a beültetést követően, aztán többnyire folytatódik a növekedés, de nem minden esetben az ember élete során. (Ahogy a férfiak és a nők öregszenek, sok esetben a haj sűrűsége kicsit ritkul, amely természetesen befolyásolhatja a transzplantált haját is.)

Mi történik a hajátültetés során?

A hajátültetés műtét egy kisebb ambuláns beavatkozás. A hajátültetési eljárás 3-8 órát vehet igénybe, és általában helyi érzéstelenítést alkalmazva egy ambuláns bázison végzik, gyakran néhány szájon át beadott kiegészítővel, vagy infúzió kezeléssel nyugtatják meg a páciens. Az alanyok gyakran ébren vannak, de nagyon ellazultak a nyugtató hatása miatt. A sebészeti eljárás során tipikusan csekély kényelmetlenség. A donorterületeket, ahova a szöveteket behelyezik, általában varratokkal vagy sebészeti összefűzéssel zárják le, kivéve a folliculáris egység kivágási technikánál, amely nem igényel sebészeti bezárást. Ezeket, általában eltávolítják 7-14 napon belül. A felszívódó varratokat alkalmanként azért használhatják, hogy ne kelljen visszamenni varratszedésre. A befogadó területek, amelyeknek a tetejére vannak elhelyezve a szövetek, alapvetően kicsik túlyukak, vagy repedések a hajas fejbőrön. A sebésznek meg kell vitatnia a pácienssel mind a szövetek transzplantációjának, és a donor beültetések különféle módszereinek érveit, és ellenérveit. Az eljárás végén vagy egy nagyon enyhe sebkötést alkalmaznak, vagy sok esetben az orvos arra kéri az alanyt, hogy maradjon

ágyban egy rövid megfigyelés erejéig, hogy aztán elengedhesse akár kötés nélkül. A beavatkozás végkifejleteként a sebész általában leellenőrzi a szövetek végső elhelyezkedését, és az orvos, vagy az asszisztens elmagyarázza a műtét utáni tennivalókat, amelyeket általában írásba is adnak.

Kiknek lehet hasznos a hajátültetés?

Bárki, aki időszakos hajhullást észlel, lehet a hajátültetés jelöltje, beleértve:

- Férfiak, férfi típusú hajhullás,
- Nők, női típusú hajhullás,
- Férfiak és nők, akik helyre akarják állítani, vagy meg akarják változtatni a hajvonaluk formáját,
- Olyan emberek, akiknek sebzett területeik vannak sérülésekből, vagy „hegesedés alopecia” bőrbetegségeik, és olyan páciensek is, akik némi hajhullást észleltek sebészeti beavatkozás után, mint pl. az arcfelvarrási eljárások,
- Emberek, akik meg akarják vastagítani, vagy helyre akarják állítani a szempilláikat, vagy szakállaikat,
- Férfiak és nők, akik szörzetet akarnak arra a területre, ahol kevés, vagy egyáltalán nincs.

Sebészeti kezelések

Mi történik a hajátültetés műtét után?

A hajátültetés nagyon biztonságos, valójában egy kisebb sebészeti beavatkozás. Jelentős komplikációk nagyon ritkán fordulnak elő. Általában csekély, vagy egyáltalán nincs, kellemetlenség az átültetett területen. A legtöbb páciens érez némi „szorítást” a donor területen egy-két napig, ezért felírnak nekik egy enyhe fájdalomcsillapítót, hogy megbirkózhassanak ezzel. A pácienseket lehet hogy megkérik arra, hogy használjanak nedves borogatást, vagy sprayt, illetve, hogy aludjanak fél függőleges pozícióban 2-3 napig a beavatkozás után, hogy csökkentsék a duzzadást és horzsolást. Kis hegek képződhetnek minden egyes átültetett szöveten, de ezeket általában álcázni lehet bármilyen meglévő hajjal, amelyet a befogadó területre lehet fésülni, vagy álcázó termékekkel pl. DermMatcc, Couvre, vagy Toppik. Ezek a hegek rétegesen leválnak 5-14 nap alatt a beavatkozás után, a kisebb folliculáris egységen lévő sebek gyakran 4-6 nap alatt leesnek, a multi-folliculáris egységen lévő sebek több ideig gyógyulnak. Kezdetben a transzplantált haj kinövése a fejbőrből leállhat, azonban a hajgyökerek megmaradnak, 10-14 hétig „alszanak”, ezt követően az új hajak elkezdnek nőni. Zsibbadtság léphet fel a donor, vagy a befogadó területeken, amely általában megszűnik 2-8 hónap alatt a beavatkozást követően. Ahogy azt már a fentiekben említettük, a komplikációk ritkák. Kisebb gyulladás alkalmanként előfordulhat az újonnan transzplantált hajszövet körül, egy fertőzött, benőtt hajhoz, vagy pörsenéshez hasonlóan és általában megoldás erre az egyszerű meleg borogatás. A heg, amely előfordul a donor fejbőrön, ami a donor bőr leválasztásának az eredménye általában elég szűk, és könnyen elrejthető a körülötte lévő hajjal. Az átültetett szövet területek a befogadó frontális területén szinte hegmentesen gyógyulnak, és fedve van a transzplantált hajjal. Kevés páciens tapasztalhat enyhe duzzadást a

homlok területén néhány napig a beavatkozást kísérően. Ez tipikusan előfordul a beavatkozás utáni kb. 3. napon és 3-4 nap múlva eltűnik. A gyulladás a donor vagy a befogadó területen rendkívül ritka. Sok páciens észlel egy kis területen zsibbadást a donor heg felett és a hátsó központi fejbőrön, amely apránként eltűnik pár hónap elteltével.

Sebészeti lehetőségek: Fejtető redukció, lebbeny

A fejbőr redukció egy sebészeti eljárás, amelynél a kopasz fejbőrből van eltávolítva egy rész, általában a hátsó területről és a fejtetőn lévő középső skalpból. A lebbeny eljárás, amikor a hajjal rendelkező fejbőrt távolítják el oldalról, és a fejbőr hátuljáról, miközben hozzacsatolják a halánték területéhez, ahonnan a vérellátás származik és ez a szűk szövetvégződés aztán körbeleng és bevarratosodik az elülső hajvonal helyének mentén. A kis átültetett szövetek nagy munkaegységeinek ebben az új korszakban, ez a két procedúra csak ritkán van alkalmazva.

A megfelelő fajtájú fejbőrrel rendelkező betegeknél és a hajhullás mintázatúaknál, ezen eljárások érvei és ellenérvei megvitathatóak egy ilyen technikákban jártas sebésszel.

Honnan tudjam, hogy én egy jó jelölt vagyok egy hajátültetés beavatkozásra?

Az orvos számára a részek, melyeket meg kell nézni azért, hogy meghatározza hogy vajon egy jelölt jó alany-e a sebészeti hajátültetés a következőket foglalják magukba: a páciens általános egészségi állapota; haj állaga „finom, vagy durva”, a kontraszt a páciens hajszíne és bőrszíne között: a hajsűrűség mint pl. a donor területen a haj 1 négyzetcentijére eső hajtüszők száma; a befedésre kerülendő terület mérete; a donor hajterületének mérete; volt-e már ezelőtt szövetátültetése; illetve a páciens céljai és elvárásai. Az orvosnak egy vizsgálatot kell elvégeznie ahhoz, hogy pontos diagnózist és kezelési javaslatokat adjon, továbbá egy őszinte beszélgetési lehetőséget kell biztosítani a páciens és az orvos között. A doktornak egy reálisan becsült végső összeget is adnia kell a páciensnek a tervezett eljárásról, vagy eljárásokról. Az alanyak meg kell értenie, hogy a transzplantáció újra felosztja a létező hajszöveteket és nem tud új hajszöveteket kreálni.

Sebészeti kezelések

Mikor kell elkezdenem a kezelést?

Napjainkban a legtöbb doktor azt ajánlja, hogy kezdjük el az orvosi kezelést a jelentős hajhullásnál, azonnal ahogy a problémát észlelik. Még hogy ha a páciens úgy dönt, hogy részt vesz a hajátültetésben, az orvosi kezelés lassíthatja, vagy megelőzheti a további hajhullást a jövőben. A betegeknél lehet hajátültetés beavatkozása bármilyen életkorban, a korai 20-as évei után, de a döntés bármilyen adott páciensnél különböző lehet, mert az számos tényezőtől függ. A páciensek túlnyomó többségénél az első procedúra akkor történik meg, mikor még nem teljesen kopaszok, tehát tudják használni a létező hajukat a beavatkozás álcázásának segítségéül. Azonban, mivel a hajhullás haladhat aprólékosan és fokozatosan, ezért gyakran butaság elkezdeni a sebészeti kezelést az olyan pácienseknél, aki túlságosan fiatal. Az orvosi kezelések, mint pl. a finosteride és minoxidil általában azoknál a férfiaknál ajánlottak, akik kopaszodnak, hogy segítsenek megelőzni, vagy részlegesen visszafordítani a hajhullást a hátsó korona és a fejtető területein. A hajátültetést használhatjuk arra, hogy feltöltsük az elülső hajvonalat, és vastagítsuk, a fejbőr elöl lévő felét, és az orvosi kezeléseket használhatjuk arra, hogy fenntartsuk a transzplantációk mögötti haját és lehetőség szerint fokozzuk a hosszú távú eredményeket a hajátültetésben. A hajátültetés orvosod együtt fog

veled dolgozni azon, hogy kivitelezzen egy személyre szabott tervet, amely találkozik a speciális szükségleteiddel.

Orvosi kezelések

Jelenleg milyen orvosi kezelések érhetők el?

A Finasteride (Propecia) egy szájon át bevehető gyógyszer, amely csak receptre kapható, és az elmúlt évtizedben mutatták be a piacon. A Finasteride gyógyszert csak férfiaknak fejlesztették ki, és tudományos tanulmányok mutatták ki, hogy újranoveszti a haját a férfiak nagytöbbségénél, és megállítja a hajhullást egy még magasabb százalékban. A Finasteride úgy működik, hogy lecsökkenti a DHT képződését, ez egy hormon, amely nagy számban felelős a férfi hajhullásért, miközben nem csökkenti a tesztoszteront, az átfogó férfi hormon felelős a férfiaságért. Azonban bármilyen mellékhatás, amely magába foglalja a férfi szexuális funkciót, csekély és az összes páciens kevesebb, mint 2%-ánál fordul elő. A Finasteride 10 éve kapható és biztonságosnak és hatékonyan mondott. A Finasteride (Propecia) működik a legjobban a korai, vagy enyhe hajhullásnál, de segíthet előrehaladottabb hajhullással rendelkező pácienseknek is, hogy megőrizzék meglévő hajukat, és a hajrestaurációs sebészek által hatásos gyógyszerként javasolt a használata, hogy lelassítsa, vagy visszafordítsa a férfi típusú hajhullást sok férfinél. Gyakran kiegészítő kezelésként használják a hajátültetés pácienseknél. Az alkalmi minoxidil (Rogaine) kb. 15 éve kapható, és segít lelassítani a hajhullást, de kevésbé hatásos az új haj növekedésének segítésében. Egy magasabb koncentrációjú (5% oldat) minoxidil kapható napjainkban a férfiak számára és sokkal hatásosabbnak bizonyult, mint a 2%-os oldat. Az 5%-os minoxidil oldat általában nem ajánlott nők számára, mert stimulálhatja az arcszőrzet növekedését és csak 1 tanulmány bizonyítja, hogy a nők 2%-ánál van pozitív hatása. Mind a finasteridét és minoxidilt folyamatosan kell használni, hogy tartsák az eredményeket, ha ezek szedését abbahagyják, a kopaszodási folyamat folytatódik. Ezek a gyógyszeres kezelések nem mindenkinél működhetnek, de van egy bizonyított haladó eredménye, hogy jó hatással van sok emberre. Ráadásul a minoxidil oldat és a finasteride kezelés kombinációja további jótékony hatással lehet a férfiaknál az androgen alopeciánál.

Hogy találjak egy képzett hajátültetés orvost?

A Nemzetközi Hajátültetés Sebészeti Társaság (ISHRS) a legnagyobb társaság, amely a hajátültetést tudomány fejlesztésének és technikai velejáróinak szentelte az életét. Az ISHRS el tudja Önt látni az Önhöz közel található hajátültetés orvost nevével és címével. Kérem, használja az ingyenes szabad telefonszámot: 1-800-444-2737

Vagy látogassa meg a Nemzetközi Hajátültetés Sebészeti Társaság weboldalát:

www.ISHRS.org

Nincs olyan különleges technika, vagy kezelés, melyet az ISHRS támogatna. Egy technika kombináció lehet a páciens legjobb érdeke. Kitűnő eredmények érhetők el a különböző technikák használatával. Egy kezelési étrend választása bármilyen egyén számára meghatározható a páciens és a jól képzett orvos közötti konzultációval. Egy jól képzett orvos a konzultáción meghatározza, hogy a páciens számára a kezeléshez milyen étrend a megfelelő, amely meghatározó.