

علت ریزش موی سر چیست؟

علل زیادی برای ریزش مو در مردان و زنان وجود دارد. با این حال، در اکثریت قریب به اتفاق مردان مبتلا به

ریزش مو، علت طاسی آندروژنتیک ارثی است که معمولاً با عنوان "طاسی با الگوی مردانه" شناخته می

شود. حضور هورمون دی هیدروتستوسترون، در مردانی که از نظر ژنتیکی مستعد اند، برای بروز طاسی ضروری

است. به همین ترتیب، در اغلب زنان مبتلا به ریزش مو، علت ریزش مو با طاسی با الگوی زنانه است ولی

تأثیرات هورمونی در ریزش موی ارثی زنان ممکن است با مردان متفاوت باشد ولی این فرضیه هنوز تحت

بررسی است.

بیماری تیروئید، کمبود آهن، تب بالا، جراحی یا بیهوشی عمومی، رژیمهای غذایی شدید، زایمان، و برخی

داروها، علل کمتر شایع ریزش مو هستند که معمولاً با درمان اختصاصی، برگشت پذیرند. برخی از بیماریهای

پوست سر، از جمله لوپوس، لیکن پلان، و طاسی منطقه ای (آلوپسی آره آتا) می توانند منجر به ریزش مو به طور

موقت یا دائم شوند.

بر خلاف بسیاری از باورهای رایج مبنی بر اینکه ریزش مو می تواند به دلایلی نظیر گردش خون ضعیف، انسداد

فولیکول های مو، شامپو زدن مکرر، پوشیدن کلاه یا کلاه ایمنی و یا وجود مایت باشد ولی هیچیک از موارد فوق به

عنوان علت ریزش مو مطرح نمی باشند.

همچنین دانستن این نکته بسیار حایز اهمیت است که طی یک روند طبیعی، تعدادی از موها به حالت خفته (تلوژن)

می روند و برخی دیگر با بیرون آمدن از این حالت شروع به جوانه زدن موی جدید (آنارژن) می کنند بنا براین در

اکثر بالغین ریزش روزانه حدود 125 - 75 تار مو کاملاً نرمال است. تا زمانیکه شدت این روند

متعادل است، تعداد موهای سر ثابت می ماند.

به نظر می رسد که استرس یکی دیگر از عوامل موثر بر ریزش مو است که می تواند موجب تسریع سیر ریزش

موی ژنتیکی شود ولی با این حال، بدون وجود ژن و هورمون های دخیل، استرس به تنهایی نمی تواند موجب

ریزش مو شود.

استعداد ارثی برای ریزش مو با الگوی زنانه و مردانه ممکن است از خانواده پدر یا مادر به ارث برسد و این ریزش

پس از بلوغ شروع به تظاهر می کند. موهای سر که از نظر ژنتیکی مستعد ابتلا به آلوپسی آندروژنتیک هستند

(معمولا در نواحی جلو و بالای سر) ، در طول هر چرخه حیات 3 تا 5 ساله خود دچار کاهش قطر و

طول شده تا زمانی که در نهایت محومی شوند. در اکثر مردان، موهای پشت و طرفین سر از نظر ژنتیکی کمتر

دچار ریزش مو می شوند و برای تمام عمر باقی می مانند.

برای درمان ریزش مو با الگوی مردانه چه می توان کرد؟

امروزه ، افراد مبتلا به ریزش مو نسبت به گذشته جهت درمان گزینه های بیشتری در دسترس دارند:

➤ عمل جراحی پیوند مو، راه حلی دائمی و پویا برای طاسی موی سر است.

➤ در حال حاضر درمان های دارویی مؤثر ، به شکل قرص (فیناستراید) و محلول موضعی (مینوکسیدیل) در

دسترس است که برای حفظ اثر آنها نیاز به ادامه درمان به طور درازمدت و مادام العمر است.

➤ تا زمانی که هنوز مقداری مو باقی مانده و موهای سر فقط کم پشت شده ، می توان با بکار گیری از برخی

فراورده های آرایشی به شکل کرم ، اسپری و پودر، نواحی کم مو را استتار کرد، ولی این مواد فرایند ریزش مو را

درمان نمی کنند.

➤ به وسیله کلاه گیس و روش های غیر جراحی ترمیم مو می توان مناطق طاس پوست سر را پوشش داد. برای

اتصال و تثبیت آنها بر روی پوست سر وسایل متنوعی مانند چسب ، گیره و کلیپس به کار می روند.

درمان های جراحی:

پیوند مو به روش گرفت فولیکولار و مولتی فولیکولار: تکنیک های جدید پیوند مو می تواند سبب بازیابی موهای از

دست رفته و شکل دادن طبیعی به خط رویش موها شوند. با این روش موها رشد می کنند و نیازی به مراقبتی بیش از

مراقبت های طبیعی از قبیل شستن و کوتاه کردن موها ندارند. پیوند امروزه می تواند به گونه ای انجام شود که حتی

آرایشگر متوجه آن نشود. در این روش پوست مودار از محل دهنده در ناحیه پشت و یا طرفین پوست سر برداشته می

شود و سپس با استفاده از میکروسکوپ به گرفت های حاوی 4 - 1 مو و یا گرفت های مولتی فولیکولار

6 - 3 تایی تقسیم می شود. سپس این گرفت ها به نواحی بدون مو و یا نواحی با موهای نازک پیوند زده می

شود به گونه ای که به فولیکول هایی که در آن ناحیه وجود دارند آسیب زده نشود. با استفاده از گرفت های

فولیکولار کوچک این امکان برقرار می شود تا ظاهری طبیعی ایجاد گردد. برخی از جراحان استفاده از گرفت های

فولیکولار را به تنهایی ترجیح می دهند. در حالی که سایرین استفاده از گرفت های مولتی فولیکولار را در نواحی

مرکزی پوست سر جهت برقراری تراکم بیش تر ترجیح می دهند.

بسته به شدت طاسی در نواحی جلوی سر، قسمت میانی و فرق سر و بسته به محل دهنده موها و همچنین انتظارات

فرد گاه به 2 - 3 جلسه نیاز می باشد. همچنین تعداد گرفت ها نیز در هر فرد متغیر است.

امروزه جراحی پیوند مو به این روش به خوبی تحمل می شود. در طی 24 ساعت پوسته هایی در سطح هر

گرفت ایجاد می شود که طی 14 - 4 روز می ریزند. موهای کاشته شده طی 16 - 10 هفته

شروع به رشد می کنند و اگر نه همه، بلکه اکثر آن ها در طول زندگی فرد به رشد خود ادامه می دهند. (چه در مرد

و چه در زن با افزایش سن کاهش مختصری در تراکم تمام موهای سر از جمله موهای کاشته شده به طور طبیعی رخ

می دهد).

چه کسانی از جراحی پیوند مو سود می برند؟

- مردان با ریزش موی الگوی مردانه

- زنان با ریزش موی الگوی زنانه

- مردان یا زنان که تمایل به بازیابی یا تغییر شکل خط رویش موهای خود دارند

- افراد با اسکار ناشی از صدمات و یا بیماری های پوستی اسکار دهنده و یا افرادی که دچار ریزش مو به دنبال

جراحی نظیر جراحی کشیدن پوست صورت شده اند

- افرادی که تمایل به افزایش ضخامت و یا بازیابی موهای ابرو مزه و ریش دارند

- مردان یا زنانی که تمایل به داشتن مو در محلی دارند که حاوی مقدار کمی مو و یا بدون مو می باشد.

در طی جراحی پیوند مو چه اتفاقی رخ می دهد؟

جراحی پیوند مو یک جراحی سرپایی مینور به حساب می آید که معمولاً بین 8 - 3 ساعت و با کمک بی

حسی موضعی انجام می پذیرد. گاه از دارو های خوراکی یا تزریقی برای تسکین بیمار استفاده می شود که بدین ترتیب

بیمار در حالی که بیدار است ، در آرامش به سر می برد.

محل دهنده به کمک بخیه و یا منگنه های جراحی بسته می شود. بخیه ها معمولاً طی 14 - 7 روز کشیده

می شوند. گاهاً بخیه ههای قابل جذب برای از بین بردن نیاز مراجعه مجدد بیمار برای کشیدن بخیه به کار می رود.

در محل گیرنده به کمک سوزن های مخصوصی سوراخ های کوچکی جهت کاشتن گرفت ها ایجاد می گردند.

در پایان کار پانسمان سبکی در محل قرار داده می شود و در بسیاری از موارد پزشک از بیمار می خواهد تا برای

مدتی تحت نظر باقی بماند و سپس اجازه می دهد تا بدون پانسمان مرخص شوند .

در پایان جراح اغلب نحوه قرار گیری گرفت ها را کنترل کرده و سپس دستورات پس از عمل جراحی توسط وی و یا

دستیارش به بیمار ارائه می گردند. همچنین معمولاً این موارد به صورت کتبی نیز به بیمار داده می شوند.

بعد از کاشت مو چه اتفاقی میافتد؟

کاشت مو ، جراحی کاملاً بی خطر و جزء جراحی های کوچک به حساب می آید. عوارض جدی به ندرت ایجاد می

شوند. احساس ناراحتی در محل موی کاشته شده ، معمولاً خیلی کم است یا اصلاً وجود ندارد. اکثر بیماران برای

2 - 1 روز، تا حدودی احساس سنگینی و کشش در ناحیه دهنده مو دارند که با تجویز مسکن های ضعیف

قابل کنترل است.

استفاده از اسپری آب یا کمپرس مرطوب و خوابیدن در حالت نیمه نشسته تا 2 - 3 روز بعد از کاشت مو

به بیماران توصیه میشود.

دلمه های کوچکی ممکن است دور هر گرافت تشکیل شود، که میتواند با موهای موجود در ناحیه یا با فرآورده های

پوشش دهنده مانند Toppik و DermMatch, Couvre پوشش داده شود.

این دلمه ها طی 14 - 5 روز بعد از جراحی می ریزند، دلمه های موهای کوچکتر زودتر

(5 - 4 روزه) و دلمه های موهای بزرگتر در مدت زمان طولانی تری جدا می شوند.

ممکن است اوایل ، موهای کاشته شده که از سطح پوست سر بیرون آمده اند ریزش پیدا کنند، در صورتیکه ریشه مو

باقی مانده و برای 14 - 10 هفته به حالت خفته باقی می ماند و سپس موها مجدداً شروع به رشد می کنند.

احساس کرحتی که ممکن است در ناحیه دهنده و گیرنده کاشت مو ایجاد شود ، معمولاً طی 8 - 2 ماه بعد

از جراحی از بین می رود.

همانطور که در بالا گفته شد، عوارض نادر هستند. گاهی اوقات التهاب خفیفی می تواند در اطراف موی تازه پیوند

شده رخ دهد ، شبیه به موهای زیر پوستی عفونی یا جوش، که معمولاً به سادگی با کمپرس گرم بهبود می یابد.

محل اسکار که در نتیجه برداشتن پوست ایجاد می شود، معمولاً بسیار باریک است و می تواند به راحتی توسط موهای

اطراف مخفی شود. محل موهای پیوند شده در ناحیه پیشانی بدون هیچ اسکار واضحی بهبود یافته و بوسیله موهای

پیوند شده پوشیده می شود.

تعداد کمی از بیماران ممکن است تورم خفیفی در ناحیه پیشانی را برای چند روز پس از جراحی تجربه کنند. این تورم

معمولا در حدود روز سوم پس از عمل ظاهر و پس از 4 - 3 روز برطرف می شود. عفونت در هر دو منطقه دهنده و گیرنده بسیار نادر است.

بسیاری از بیماران یک منطقه کوچک از بی حسی را بالای اسکار محل دهنده و در قسمت عقب مرکزی پوست سر

تجربه می کنند که به تدریج بعد از چند ماه از بین می رود

از چه زمانی باید درمان را شروع کرد؟

امروزه اکثر پزشکان در ابتدا توصیه به درمان دارویی هر چه زودتر ریزش مو میکنند. حتی اگر بیمار تصمیم به ترمیم مو از طریق جراحی داشته باشد، درمان های دارویی میتوانند باعث کندی روند ریزش مو در آینده و یا جلوگیری از ریزش مو شوند.

بیماران می توانند عمل جراحی ترمیم مو را در هر سنی بعد از 20 سالگی انجام دهند اما تصمیم به عمل برای همه افراد یکسان نبوده و عوامل مختلفی در انجام آن دخیل است.

اکثریت قریب به اتفاق بیمارانی که برای اولین بار تحت جراحی کاشت مو قرار می گیرند بطورکامل طاس نیستند، به طوری که می توانند از موهای موجود برای کمک به استتار نواحی کم مو استفاده کنند. با این حال، به دلیل اینکه ریزش مو روندی تدریجی و پیشرونده است، شروع درمان جراحی در یک بیمار بسیار جوان اغلب غیر عاقلانه به نظر میرسد.

درمانهای پزشکی از قبیل فیناستراید و مینوکسیدیل معمولا برای مردان مبتلا به ریزش مو توصیه می شود. این درمان ها می توانند برای حفظ موها کمک کننده باشند و یا تا حدی روند نازک شدن مو در ناحیه مرکزی و بالای سر را کند کنند.

همچنین درمان های دارویی را می توان برای حفظ موهای کاشته شده به دنبال پیوند و جهت افزایش نتایج طولانی مدت کاشت مو مورد استفاده قرار داد.

روش های جراحی: برداشتن پوست سر و فلپ

در روش برداشتن پوست سر، قسمتی از پوست ناحیه بدون مو (معمولا در ناحیه قسمت میانی و مرکزی)، به روش

جراحی برداشته می شود.

در روش فلپ، نوار باریکی که دارای موی سر و خون رسانی مناسب می باشد از ناحیه عقب و کنار سر برداشته

شده و در حالی که به ناحیه شقیقه ها متصل است قسمت انتهای بی چرخیده و در طول خط رویش مو در ناحیه جلو

سر قرار داده شده و بخیه میشود.

اما امروزه این دو روش در مقایسه با بهره گیری از روش گرافت های کوچک در جلسات متعدد، به ندرت انجام می

شوند.

با توجه به نوع پوست سر و الگوهای مختلف ریزش مو در افراد می بایست جهت بررسی فواید و مضرات این

روش با یک جراح متبحر مشورت شود.

چطور میتوانم بفهمم که مورد خوبی برای جراحی ترمیم مو هستم؟

فاکتور های تعیین کننده جهت ترمیم مو به روش جراحی شامل موارد زیر می باشند:

- وضعیت سلامت عمومی بیمار

- جنس موی بیمار: نازک یا ضخیم

- تضاد بین رنگ موی بیمار و رنگ پوست سر

- تراکم مو : تعداد فولیکول های مو در هر سانتیمتر مربع در ناحیه دهنده پیوند

- سطح منطقه ای که باید مو کاشته شود

- سطح ناحیه دهنده مو

- سابقه قبلی پیوند مو در ناحیه

- اهداف و انتظارات بیمار

تشخیص و درمان دقیق نیازمند معاینه و گفتگوی صریح با بیمار است. بیمار همچنین بایستی ارزیابی واقع بینانه ای در

رابطه با نتیجه جراحی و همچنین هزینه آن داشته باشد. همچنین بیمار می بایست متوجه شود که در روش پیوند مو

فولیکول مو جدیدی ایجاد نمی گردد بلکه فولیکول های موی موجود توزیع می شوند.

درمان های طبی :

فیناستراید : داروی خوراکی که فقط با نسخه پزشک تجویز می شود و بیش از یک دهه از عرضه آن میگذرد. این

دارو فقط برای استفاده توسط مردان تایید شده است. مطالعات علمی نشان داده اند که این دارو باعث رشد مو در

تعداد قابل توجهی از مردان و جلوگیری از ریزش مو در درصد بالاتری از آنان می شود.

فیناستراید از طریق کاهش تشکیل هورمون اصلی مسئول از دست دادن مو با الگوی مردانه یا دی هیدروتستسترون

اثر میکند ، در حالی که باعث کاهش تستوسترون نمی شود. بنابراین ، هر گونه عوارض جانبی که ممکن است

عملکرد جنسی مردان را کاهش دهد بصورت خفیف و در کمتر از 2 % از تمام بیماران دریافت کننده آن رخ

می دهد.

فیناستراید برای بیش از 10 سال در دسترس بوده و تحقیقات نشان داده که بی خطر و موثر بوده است.

این دارو بهترین راه حل برای درمان ریزش مو در مراحل اولیه و یا نه چندان شدید می باشد. همچنین جهت کمک

به بیماران مبتلا به ریزش موی پیشرفته تر و یا جهت حفظ باقی مانده موها نیز می تواند به کار رود.

اغلب از فیناستراید به عنوان یک درمان تکمیلی پس از پیوند مو استفاده می شود. استفاده از آن به عنوان یک داروی

موثر کاهنده و یا کند کننده الگوی مردانه ریزش مو توسط جراحان ترمیم کننده مو در بسیاری از مردان پیشنهاد می

شود.

حدود بیش از 15 سال است که مینوکسیدیل موضعی جهت کند کردن ریزش مو به کار می رود ، اما

در کمک به رشد موی جدید کمتر موثر است. غلظت بالاتر مینوکسیدیل (محلول) 5٪ در حال حاضر برای

مردان در دسترس می باشد و نشان داده شده که از محلول 2٪ موثر تر است.

محلول مینوکسیدیل 5٪ برای استفاده توسط زنان به طور کلی توصیه نمی شود زیرا ممکن است باعث

تحریک رشد موهای صورت شود. همچنین حداقل یک مطالعه نشان می دهد که در زنان محلول 5٪ موثر

تر از محلول 2٪ نیست.

به منظور حفظ نتایج مینوکسیدیل و فیناستراید باید به طور مستمر استفاده شوند چرا که در صورت قطع روند ریزش

مو به حالت قبلی بر می گردد. این داروها ممکن است برای همه مفید نباشند ، اما ثابت شده است که فواید قابل

توجهی برای درصد بالایی از افراد دارند. علاوه بر این درمان ترکیبی محلول مینوکسیدیل و فیناستراید تاثیر بیشتری

برای مردان با ریزش موی آندروژنتیک دارد.

چگونه یک جراح ترمیم مو واجد شرایط را پیدا کنم؟

انجمن بین المللی جراحی پیوند مو یا ISHRS بزرگترین جامعه در نوع خود است که فعالیت خود را به

پیشرفت دانش و تکنیک های مربوط به عمل جراحی ترمیم مو اختصاص داده است.

این انجمن می تواند شما را با نام و آدرس یک جراح ترمیم مو در نزدیکی تان آشنا کند.

مشخصات این انجمن به شرح زیر است:

تلفن رایگان : 2737 - 444 - 800 - 1

وب سایت رسمی انجمن بین المللی جراحی ترمیم مو www.ISHRS.org

تلفن : 2737 - 444 - 800 یا 5399 - 262 - 630

دورنگار : 630 - 262 - 1520

پست الکترونیکی info@ishrs.org

آدرس : 13 South 2nd Street Geneva, IL 60134 USA

در نهایت لازم به ذکر است که هیچ تکنیک یا درمان خاصی توسط ISHRS به تنهایی پیشنهاد نمی شود،

بلکه استفاده از ترکیبی از روش های درمانی می تواند نتیجه خوبی را به همراه داشته باشد. بنابراین انتخاب روش

درمانی مناسب برای هر فرد منوط به مشاوره بین بیمار و پزشک متخصص می باشد.