

# Уход за волосами

О перхоти

Перхоть - это очень серьезная проблема, требующая лечения, с которой, конечно, желательно обращаться к специалисту-дерматологу или парикмахеру.

Однако, во-первых, далеко не все могут себе это позволить, а во-вторых, найти хорошего специалиста, который сможет дать вам квалифицированный совет, довольно сложно.

Перхоть образуется из-за более быстрого и менее равномерного, чем обычно, обновления верхнего рогового слоя кожи головы и накопившихся ороговевших клеток на поверхности.



Эти скопления мертвых клеток и образуют чешуйки перхоти, которые очень заметны в отличие от большинства клеток, отслаивающихся естественным путем. Как сама перхоть, так и причины появления перхоти могут быть разными. Наиболее популярны теории, которые связывают появление перхоти с гормональным дисбалансом (например, повышением уровня андрогенов), еще появление перхоти может быть связано с нарушением функции сальных желез, аллергическими реакциями, недостатком отдыха, стрессами, состоянием эмоциональной неудовлетворенности и несбалансированным питанием. Кроме того, существует теория, по которой «виновниками» образования перхоти являются некоторые грибки и бактерии, которые при нормальных условиях являются частью естественной флоры кожи головы любого человека и лишь под воздействием внешних и внутренних факторов начинают интенсивно размножаться, что и приводит к образованию перхоти.

**Сухая перхоть** - основная «спутница» сухой и зудящей кожи головы. Эта перхоть, в свою очередь, тоже делится на два вида.

### **Сухая перхоть с выпадением волос**

Сухая перхоть с выпадением волос, как правило, обильна, и ей сопутствуют тонкие, сухие, секущиеся волосы.

Среди причин возникновения сухой перхоти с выпадением волос: нарушение секреции сальных желез; нейроэндокринные нарушения (стресс, заболевания эндокринной системы и пр.); нарушение функций желудочно-кишечного тракта; авитаминоз или несбалансированное питание.

## Сухая перхоть без выпадения волос

Сухая перхоть без выпадения волос может быть вызвана следующими причинами: гиповитаминозом; контактным аллергическим дерматитом (обычно называется чувствительной кожей головы).

Если аллергический дерматит был вызван химическим воздействием, таким, как окрашивание, химическая завивка или использование неподходящего шампуня, то он может проявляться очень резко (в виде очаговой перхоти, «корок перхоти»), сопровождаться очень сильным зудом.

И если состояние организма у вас при этом не ухудшилось, то такая перхоть пройдет недели через две после применения лечебных нейтрализующих препаратов.

Однако аллергический дерматит (чувствительная кожа) часто связан и с ухудшением состояния организма, например нейроэндокринными нарушениями и проблемами с желудочно-кишечным трактом.

**Жирную перхоть** можно «узнать» по крупным маслянистым чешуйкам, поредению волос в сочетании с угревой сыпью на лице.

Иногда при этом воспалительные процессы бывают характерны и для кожи головы.

Причины появления жирной перхоти в основном те же, что и сухой перхоти, однако она требует более сложного лечения, что практически невозможно без рекомендаций специалиста.

Если причинами появления жирной перхоти являются внутренние проблемы организма, любые косметические средства вряд ли дадут ощутимый и долговременный эффект, а лишь немного улучшат внешний вид и состояние кожи головы. Ни в коем случае не занимайтесь самолечением, обязательно обратитесь к специалисту.

Даже если у вас вдруг появилась перхоть и кожа головы зудит, тут же панику разводить не стоит.

Смените шампунь, а может быть даже несколько, если сразу эффекта не последует. Отдохните, постарайтесь решить все финансовые и моральные проблемы. Если и после этого перхоть не пройдет - обращайтесь к врачу.

Редкая перхоть выдержит счастливого хозяина - от такой спутницы лучше избавиться.