

Włosy po COVID-19

W OSTATNIM CZASIE DO GABINETÓW
TRYCHOLOGICZNYCH TRAFIA CORAZ
WIĘCEJ OSÓB ZMAGAJĄCYCH SIĘ

Z NADMIERNYM WYPADANIEM WŁOSÓW

PO PRZEBYCIU ZAKAŻENIA
KORONAWIRUSEM.

Z TRYCHOLOG **ANNA MACKOJC**
ROZMAWIA ANNA KOMOROWSKA



Anna Mackojć
trycholog, specjalistka
z Instytutu Trychologii

Ostatnie dwa lata upłynęły pod znakiem pandemii COVID-19. Wielu ozdrowieńców narzeka na nadmierne wypadanie włosów. Jakie są tego przyczyny?

Lysienie może być skutkiem przebytej choroby, wynikać z towarzyszącej jej wysokiej gorączki, ciężkiego przebiegu, ale także być efektem przyjmowanych leków. Może być również skutkiem powikłań po przebytej chorobie, wycieńczenia organizmu, a także stresu, który jej towarzyszył. Do nadmiernego wypadania włosów może dojść nawet kilka miesięcy po ustąpieniu objawów. Włosy wypadają w dużej ilości, często podczas szczotkowania lub kąpieli. Można jednak **skutecznie temu przeciwdziałać** – podczas terapii, której celem jest doprowadzić do odrostu włosów w miejscach przerzedzenia. W takich sytuacjach **ważnym czynnikiem jest czas**, im wcześniej zgłosimy się do specjalisty, tym lepiej.

Na wypadanie włosów ma wpływ także leczenie farmakologiczne. Które leki zwiększają wypadanie włosów?

Niektóre leki rzeczywiście mogą przyczynić się do wypadania włosów. Do tej grupy można zaliczyć m.in. **leki hormonalne, nasercowe, przeciwdepresyjne, przeciwkrzepliwe, przeciwgrzybicze, przeciwłuszczykowe, przeciwmiażdżycowe, przeciwtrądzikowe, leki przeciwnowotworowe, stosowane w chemioterapii, czy właśnie leki przeciwwirusowe.**

Czasem zdarza się, że to nie sama choroba osłabia nasze włosy, lecz właśnie leki stosowane do jej leczenia. Na szczęście zazwyczaj **połkowe wypadanie włosów ma charakter odwracalny** i pod opieką specjalisty można przejść terapię przyspieszającą odrost włosów, a następnie wzmacniającą.

W jaki sposób zahamować wypadanie włosów po COVID-19? Możemy jakoś temu zaradzić domowymi sposobami?

Jeśli zauważymy wzmożone wypadanie włosów, zarówno po przejściu COVID-19, jak i innej choroby przebiegającej z wysoką gorączką, warto skonsultować się ze specjalistą. Trycholog jest w stanie ocenić stan włosa oraz w której fazie wzrostu się znajduje. Po przeprowadzeniu dokładnego wywiadu i badania trichoskopowego może zalecić odpowiednią terapię. Jedną z metod w walce z wypadaniem włosów jest doustna **terapia suplementami diety z kompleksem proteoglikanów**. Oprócz odpowiedniej suplementacji ważne są również właściwe zabiegi odżywcze i stymulujące odrost włosów. Ich zadaniem jest zwiększenie dotlenienia mieszków włosowych i dostarczenie im dużej ilości składników aktywnych. Dobre efekty przynoszą mezoterapia skóry głowy oraz ledoterapia.

W przypadku nadmiernego wypadania włosów rekomenduję skorzystanie z pomocy specjalisty zamiast przeprowadzania kuracji domowych na własną rękę.

Podobno na wypadanie włosów po COVID-19 bardzo pomaga infuzja tlenowa. Na czym polega ten zabieg?

Infuzja tlenowa jest jednym z zabiegów, który może pomóc przy problemach z wypadaniem włosów, ale nie ma badań, które potwierdzają jej skuteczność w terapii wypadania włosów po COVID-19. Celem zabiegu jest dostarczenie aktywnych składników pod ciśnieniem tlenu do głębszych warstw naskórka i przywrócenie odpowiednio długiego cyklu wzrostu włosa, który pozwala na właściwy przyrost grubości i długości łodygi włosa. Można ją traktować jako zabieg wspomagający na skórę głowy dla osób zmagających się z wypadaniem i osłabieniem włosów.

Jakie zabiegi poleca pani pacjentom, którzy chcą szybkiego efektu?

Każda terapia, również trychologiczna, wymaga czasu i systematyczności.

Ważnym jej elementem jest zachowanie równowagi pomiędzy kuracjami wewnętrznymi a zewnętrznymi. Jeśli oczekujemy dobrych efektów, to ważne jest wzmacnianie terapii właściwą dietą, odpowiednią domową pielęgnacją przeznaczonymi do problemów skóry głowy i włosów preparatami oraz ewentualnie suplementacją. Nie da się osiągnąć szybkiego efektu, proces ten wymaga cierpliwości, ale nagrodą dla cierpliwych osób jest szansa na zdrowe i piękne włosy.



W przypadku nadmiernego wypadania włosów rekomenduję **skorzystanie z pomocy specjalisty** zamiast przeprowadzania kuracji domowych na własną rękę.

Wiele gabinetów kosmetycznych obiecuje szybkie efekty dzięki zabiegom mezoterapii igłowej lub ostrzykiwania osoczem bogatopłytkowym. Czy sprawdzą się w przypadku nadmiernego wypadania włosów?

W terapiach hamujących wypadanie włosów już od kilku lat wykorzystuje się osocze bogatopłytkowe czy zabieg mezoterapii, jednak nie można traktować tych zabiegów jako antidotum na każdy problem z wypadaniem włosów. Nie każda skóra nadaje się do tego, by zastosować na niej osocze czy mezoterapię. Decydując się na nie pochopnie i bez konsultacji ze specjalistą, **można sobie zrobić krzywdę**. Rzeczywiście mezoterapia z preparatem na bazie peptydów biomimetycznych jest z powodzeniem stosowana np. w terapii lysienia androgenowego – typowo męskiego. Jednak decyzja o tym, czy wykonać mezoterapię u danej osoby, powinna zapaść dopiero **po trichoskopii i wyeliminowaniu ewentualnych przeciwwskazań**. Jako trycholog rekomenduję w pierwszej kolejności wizytę u specjalisty.

