

هیچ درمانی به جز کوتاه کردن مو بر درمان موخوره مؤثر نیست

5 اسفند 1401

دکتر مهدی قیصری، متخصص پوست و مو و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در برنامه مادر کودک شبکه سلامت سیما در خصوص مراقبت و بهداشت مو به گفت‌وگو پرداخت.

کارشناس برنامه مو را به ساقه یک درخت تشبیه کرد که دارای مغز (کورتکس) و پوسته (کوتیکول) است. سطح ساقه مو حالت فلس فلس دارد و یکنواخت نیست.

وی گفت: **مو** بافت مرده‌ای است که مراقبت از آن بسیار مهم است، زیرا در صورت آسیب دیدن قابل ترمیم نیست.

قیصری مراقبت از مو را شبیه به مراقبت از پوست دانست و گفت: اولین قدم مراقبت پاک کردن آلودگی‌ها از سطح مو است، این آلودگی‌ها یا از محیط و یا از سطح پوست (چربی و عرق) بر روی مو قرار می‌گیرند.

این متخصص پوست و مو یادآور شد: جنس مو از طریق ژنتیک منتقل می‌شود و قابل تغییر نیز نیست، تراکم، ضخامت و حالت مو از طریق ارث به فرزند منتقل می‌شود، حالت موها نیز به سطح مقطع مو ارتباط دارد، موی صاف سطح مقطع گرد دارد و هر چه به سمت بیضی برود مو به حالت وز نزدیکتر می‌شود.

قیصری جنس موها را به انواع چرب، خشک و معمولی تقسیم بندی کرد و گفت: هرچه ترشحات پوست سر بیشتر باشد موها چرب تر و هر چه این ترشحات کمتر باشد موها خشک تر خواهد بود، موهای خشک بیشتر در معرض آسیب قرار دارد..

کارشناس برنامه با بیان این مطلب که اولین اصل مراقبت از موها، پاک کردن موها از آلودگی است افزود: در صورت داشتن موهای خشک باید از موادی استفاده کنیم که سطح مو را مانند یک غلاف بپوشاند تا از عوامل محیطی حفظ شود. (نرم کننده، ماسک مو و سرم مو)

قیصری در خصوص انتخاب شامپوها گفت: شامپوها باید متناسب با نوع موها، مخصوص موهای چرب، موهای خشک و موهای معمولی انتخاب شوند.

وی همچنین یادآور شد: افرادی که موهای رنگ شده دارند برای جلوگیری از خشکی موها می‌توانند از شامپوهای مخصوص موهای رنگ شده استفاده کنند.

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی ادامه داد: شامپو برای شستن تارهای مو نیست و

تنها پوست سر را شستشو می‌دهد زیرا پوست سر محل تجمع آلودگی است و تأکید کرد: با قرار دادن مقداری شامپو روی پوست سر، آن را شستشو دهید.

وی تأکید کرد: موها را با شامپو ماساژ ندهید زیرا قرار گرفتن کف شامپو روی موها به تنهایی کافی است.

قیصری ادامه داد: برعکس شامپو ها، نرم کننده‌ها و ماسک‌های مو برای حفاظت از ساقه مو استفاده می‌شوند.

وی متذکر شد: این مواد را تنها به موها بمالید و از تماس این مواد به کف سر خودداری کنید.

کارشناس برنامه در پاسخ به این سوال که آیا تغییر دادن حالت مو به آنها آسیب می‌رساند؟ گفت: فر کردن یا کراتینه کردن، باعث آسیب به مو می‌شود اما اگر توسط افرادی که تخصص این کار را دارند انجام شود، میزان آسیب کمتر خواهد بود. (کراتینه کردن مو باعث شکسته شدن باندهای شیمیایی موجود در کراتین مو و ایجاد شکنندگی و موخوره در موها می‌شود)



قیصری در پاسخ به این سوال که رنگ کردن مو چه اثری بر موها دارد؟ گفت: رنگ‌های شیمیایی با داشتن هیدروژن پروکساید موها را به شدت خشک می‌کند و حتی باعث سوختگی مو می‌شود.

وی توصیه کرد: تا حد امکان از رنگ‌هایی که نزدیک به رنگ موی خودتان است استفاده کنید و از مصرف رنگ‌های خیلی روشن پرهیز کنید.

کارشناس برنامه یادآور شد: وقتی مو تحت حرارت قرار می‌گیرد باندهای شیمیایی موجود در کراتین مو شکسته می‌شود و به مو آسیب وارد می‌شود، به همین دلیل افراد را به استفاده کمتر از این وسایل (سشوار و اتوی مو) توصیه کرد.

قیصری افزود: به هر دلیلی که موها آسیب ببینند (حرارت ، خشکی زیاد، مواد شیمیایی) ساقه مو نیز

آسیب می‌بیند و مو دچار موخوره می‌شود.

وی افزود: هیچ درمانی به جز کوتاه کردن مو بر درمان موخوره مؤثر نیست.