

ارتباط اختلالات روانشناختی و ریزش مو

18 فروردین 1404

متخصص بیماری‌های مغز و اعصاب و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان گفت: اختلال وسواس فکری-عملی، اضطراب، افسردگی و استرس با ریزش مو ارتباط مستقیم دارند.

دکتر آروین تقی زاده، در خصوص اختلال وسواس فکری-عملی گفت: روانپزشکان متوجه شده‌اند که اختلال تریکوتیلومانیا یا میل مقاومت ناپذیر به کندن موهای سر، ابروها و سایر نواحی بدن، معمولاً در افراد مبتلا به اختلال وسواس فکری-عملی دیده می‌شود.

اضطراب مزمن و ریزش مو

وی افزود: ریزش مو ناشی از اضطراب بسیار نادر است و در اکثر موارد فقط برای افراد اتفاق می‌افتد که اضطراب شدید دارند. بهتر است بدانید که اضطراب و استرس از نظر فنی دو شرایط مجزا هستند، اما با یکدیگر همپوشانی دارند. مساله کلیدی در زمینه اضطراب و ریزش مو، استرس است و از بسیاری جهات، اضطراب، استرس طولانی مدت و مداوم است که می‌تواند بر فاز رشد مو تأثیر بگذارد.

افسردگی و ریزش مو

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان بیان کرد: افسردگی یک مشکل عمده سلامت روان در سراسر جهان است. با این وجود، بسیاری از مردم نمی‌دانند که افسردگی می‌تواند بر ریزش مو تأثیر بگذارد. از نظر پزشکان، افسردگی و ریزش مو با هم مرتبط هستند و افرادی که از افسردگی رنج می‌برند، احتمالاً به مرور متوجه می‌شوند که موهایشان خشک‌تر شده و می‌تواند به راحتی بشکند.

استرس شدید و ریزش مو

بنابر اعلام وزارت بهداشت، تقی‌زاده خاطرنشان کرد: گرچه استرس می‌تواند نقش مهمی در ریزش مو داشته باشد، اما خبر خوب این است که ریزش مو ناشی از استرس دائمی نیست. هنگامی که بدن ما تحت فشار روانی یا فیزیکی قرار می‌گیرد، فاز رشد چرخه طبیعی مو می‌تواند متوقف شود. در این شرایط، فولیکول‌های مو بیشتر در فاز استراحت و ریزش سیر می‌کنند.