

موهای گره خورده و خیستان را شانه نکنید

آزاده گودرزی ، متخصص پوست و مو با اشاره به علت های ریزش مو بیان کرد: ریزش مو گاهی به دلایل ارثی و هورمونی است به خصوص در آقایان که شایع تر است. در طول زمان، افراد حجم موهایشان کم می شود و اصطلاحاً کف سرشون خالی می شود. هم در خانم ها هم در مردان، این اتفاق می افتد. به خصوص بانوانی که ریزش های ارثی یا هورمونی مو دارند آزمایش هایی انجام می دهند تا متخصص بدانند تنبلی تخمدان یا سطح هورمون مردانه در آن ها بالاتر است یا خیر؟ سپس برحسب شرایط، زمینه و شدت ریزش مو، درمان برایشان شروع می شود.

وی ادامه داد: نوع دیگری از ریزش مو است که خیلی شایع تر است، ریزش موی افراد به این صورت است که از لحاظ حجم موهایش خوب است؛ اما دوره هایی موهایشان به شدت ریزش پیدا می کند و فراتراز حالت عادی همیشگی است. این موضوع افراد را نگران می کند. همه ی افراد در دوران هایی این ریزش مو، را تجربه می کنند مثلاً بعد از زایمان، یا افرادی هستند که به دنبال کاهش وزن یا استرس و اضطرابی، به فاصله چند روز بعد از استرس، دچار ریزش مو می شوند. حتی در [کرونا](#) هم بعد از بیماری یا بعد از واکسن هم افرادی این ریزش مو را تجربه کردند. برای درمان آن آزمایشاتی انجام دادیم تا علت های دیگر مثل تیروئید یا کمبود ویتامین ها در ریزش مو تاثیرگذار است یا خیر؟

گودرزی در ادامه بیان کرد: اگر فرد موهایش را نشسته باشد، روی یک ملحفه سفید موهایش را برس کند، اگر در بیست دقیقه، بیش از صد تار مو بریزد، ریزش موی آن فرد طبیعی نیست.

وی درباره تاثیر استرس در ریزش مو گفت: بله صد درصدم استرس جسمی و هم استرس روحی، روی ریزش مو تاثیر دارد. حتی خیلی از داروها هم باعث ریزش مو می شوند و عوامل متعددی دارد. البته برای تشخیص علت ریزش مو باید معاینه انجام شود چون علت های خیلی زیادی دارد.

متخصص پوست و مو بیان کرد: در افرادی که شیمی درمانی انجام می دهند، خیلی مواقع، داروها باعث می شود موها به حجم قبلی برنگردند و داروهایی را می توان استفاده کرد تا روند ریزش را کم تر کرد و

حجم موها را بهتر کرد؛ ولی بعضی از داروها برای کسانی که سرطان داشتند به خصوص [سرطان سینه](#) مجاز نیست که استفاده شود. پس باید با بررسی های دقیق تری شروع شود چرا که ایمنی افراد برای ما از حجم موهایشان مهم تر است و خیلی کارها می شود برایشان کرد تا درمان شوند.

گودرزی عنوان کرد: مو زمانی که خشک نیست انرژی بیشتری نیاز است تا باز شود. بنابراین ما توصیه می کنیم که موهای گره خورده و خیس را نباید شانه کرد.