

Wypadanie włosów – co jest tego przyczyną?

Data publikacji: 14.04.2022 16:00

Bujne i gęste włosy to marzenie i cel zarówno wielu kobiet, jak i mężczyzn. Niestety w rzeczywistości sytuacja może wyglądać zupełnie inaczej. Praktycznie każdy z nas w swoim życiu doświadczył problemu, jakim jest wypadanie włosów. Na dodatek w przypadku znacznej części osób problem jest poważniejszy, gdyż zmagają się z nadmierną utratą włosów. To z kolei może stać się przyczyną znacznego pogorszenia samopoczucia, a także problemów z akceptacją. Jakie czynniki odpowiadają za wypadanie włosów? Czy szampon do włosów może temu zapobiec? Jaki szampon na wypadanie włosów wybrać? Sprawdź.

Wypadanie włosów – poważny problem

Włosy to symbol mocno zakorzeniony w naszej kulturze. Dla wielu kobiet są oznaką piękna i kobiecości. Zadbane włosy mają znaczenie także w przypadku mężczyzn. Stąd jakakolwiek zmiana w ich objętości, a do tego ich coraz większa ilość, jaką widzimy na szczotce podczas czesania, mogą spowodować u nas niepokój. Warto oczywiście pamiętać, że wypadanie włosów jest naturalnym elementem naszej fizjologii. Każdego dnia tracimy do około 100 włosów i nie powinno stanowić to powodów do obaw. Niestety problem pojawia się wtedy, gdy włosy codziennie wypadają w znacznie większych ilościach, a nasza fryzura staje się wyraźnie przerzedzona.

Dlaczego włosy wypadają?

Przyczyny wypadania włosów nie są oczywiste i mogą składać się na nie naprawdę różne czynniki. Jedną z najmniej dotkliwych przyczyn utraty włosów jest tzw. sezonowe wypadanie włosów. Po zimie oraz lecie można wtedy zaobserwować więcej wypadających włosów, co może mieć związek ze zmianą diety w tym czasie, a także poziomem hormonów płciowych. Do pozostałych przyczyn utraty włosów należy zaliczyć:

- bardzo silny lub chroniczny stres;
- zaburzenia hormonalne – na przykład w czasie menopauzy lub ciąży;
- przyjmowanie niektórych leków;
- intensywne odchudzanie się lub dieta uboga w witaminy i minerały, w szczególności witaminę D3, witaminy z grupy B czy żelazo;
- podrażnienia skóry głowy wywołane przez promieniowanie UV lub zanieczyszczenia;
- niektóre choroby skóry głowy – łupież, grzybica, łojotokowe zapalenie skóry głowy.

Jaki szampon na wypadanie włosów?

Jak można zauważyć, wypadanie włosów to dość poważny problem, który nierzadko ma duży wpływ na nasze życie. Stąd ważne jest zarówno unikanie wymienionych wyżej czynników, jak i zwrócenie uwagi na swoją pielęgnację. Może się zdarzyć, że produkty do włosów, z których korzystamy na co dzień, mogą w rzeczywistości powodować osłabienie i w efekcie wypadanie włosów.

[Szampon do włosów](#) to podstawowy produkt, w jaki powinna zaopatrzyć się osoba, której problemem jest nadmierne wypadanie włosów. Jednak po [jaki szampon na wypadanie włosów](#) sięgnąć, skoro na rynku istnieje tak dużo różnych produktów? Przede wszystkim warto wybierać takie produkty, które charakteryzują się działaniem wzmacniającym osłabione pasma. Przy wypadaniu włosów istotne jest dotlenienie i pobudzenie cebulek do wzrostu poprzez poprawę mikrokrążenia. Warto pamiętać, że szampon do włosów przeciwdziałający ich wypadaniu powinien być jednocześnie delikatny dla wrażliwej skóry głowy.

