

Wypadanie włosów u mężczyzn - co stosować na porost włosów u mężczyzn i jak przyspieszyć ten proces?

Wypadanie włosów u mężczyzn jest zazwyczaj spowodowane nadmiernym testosteronem. Jednak czasami to nie jedyny powód. Jeśli zastanawiasz się, jak przyspieszyć porost włosów u mężczyzn to koniecznie przeczytaj nasz artykuł! Ponadto poznasz przyczyny ich wypadania u mężczyzn, sposoby leczenia, a także dowiesz się, co na łysienie oferuje współczesna medycyna!

Wypadanie włosów u mężczyzn – przyczyny

Wypadanie włosów u mężczyzn jest naturalnym zjawiskiem. Istnieje jednak wiele czynników powodujących przedwczesną i nadmierną ich utratę. Głównymi przyczynami wypadania włosów u mężczyzn są czynniki genetyczne, przewlekłe choroby, niewłaściwa dieta i stres oraz negatywne działanie leków.

Wypadanie włosów, a czynnik genetyczny

Niektórzy mężczyźni rodzą się z tzw. genem łysienia. Łysienie u mężczyzn zazwyczaj zaczyna się od okolic skroniowo-czołowych, gdzie na początku tworzą się zakola. Włosy mogą się także przerzedzać na szczycie głowy, podczas gdy na jego obwodzie nie dochodzi do zauważalnych zmian. Oczywiście, jak to bywa z czynnikiem genetycznym, u każdego mężczyzny proces łysienia przebiega w innym tempie. W postaci tzw. ciężkiej, proces ten następuje już w wieku 16-18 lat, natomiast w lekkiej – ok. 40 roku życia mężczyzny.

Wypadanie włosów, a choroby przewlekłe

Wypadanie włosów może być objawem przewlekłej choroby, takiej jak niedoczynność tarczycy lub toczeń rumieniowaty układowy. Co prawda mężczyźni znacznie rzadziej zapadają na powyższe choroby niż kobiety, jednak mogą mieć one wpływ na utratę włosów.

Wypadanie włosów, a niewłaściwa dieta i stres

To, co trafia do naszego żołądka istotnie wpływa na nasze zdrowie – zasada ta dotyczy również naszych włosów. Niedobór białka, witaminy B12 czy żelaza może prowadzić do nadmiernego ich wypadania. Dlatego ważne, aby składniki, które je odżywiają znalazły się w codziennym jadłospisie. Utrata włosów może być również spowodowana nagłym lub przewlekłym stresem związanym z życiem osobistym czy zawodowym.

Wypadanie włosów, a negatywne działanie leków

Przyjmowanie leków powoduje określone niepożądane konsekwencje. Jedną z nich może być utrata włosów na skutek osłabiania ich cebulek. Zaliczają się do nich leki przeciwdepresyjne, środki stosowane podczas chemioterapii, leki przeciwreumatyczne, leki przeciwgrzybicze czy antybiotyki.

Jak widać problem utraty włosów może być nieco bardziej złożony. Na szczęście rynek farmaceutyczny oferuje mnóstwo środków na łysienie dla mężczyzn ukierunkowanych na każdą przyczynę. Zatem co na wypadanie włosów dla mężczyzn? Wszelkie odpowiedzi znajdziesz poniżej!

Łysienie na czubku głowy u mężczyzn – przyczyny

Łysienie na czubku głowy u mężczyzn jest nieco innym problemem niż naturalne wypadanie włosów. Mężczyzna dotknięty takim łysieniem musi się przygotować na wieloletnie leczenie, ponieważ jest ono związane z zaburzeniami hormonalnymi. Z tego względu łysienie męskie jest nazwane androgenowym.

Przyczyną problemu jest nadmierne wydzielanie męskiego hormonu o nazwie dihydrotestosteron. Objawy mogą się także nasilać z powodu ubogiej diety, czy przewlekłego stresu. Problem łysienia na czubku dotyka zazwyczaj mężczyzn po 50 roku życia. Przed podjęciem samodzielnych kroków ważne jest, aby udać się w pierwszej kolejności do trychologa – specjalisty zajmującego się kondycją włosów. Podczas wizyty u trychologa zidentyfikuje on przyczynę problemu i dobierze odpowiedni środek na łysienie. W tym przypadku, trychologzy na łysienie zalecają tabletki na porost włosów dla mężczyzn na bazie finasterydu lub dutasterydu, czyli substancji regulujących wydzielanie dihydrotestosteronu. Przepisany środek na porost włosów dla mężczyzn, który zawiera powyższe substancje, skutecznie rozwiązuje problem łysienia na czubku głowy.

Preparaty na porost włosów dla mężczyzn

Specjaliści są zgodni, że najskuteczniejsze preparaty na porost włosów dla mężczyzn zawierają amineksil oraz minoksidil. Dzięki preparatom zawierającym te substancje wydłuża się faza wzrostu i spoczynku, natomiast skraca się faza wypadania włosów. Preparaty przeciwdziałające wypadaniu włosów powinny być stosowane u mężczyzn przed 40 rokiem życia. Efekty są widoczne po około 4 miesiącach. Przypominamy jednak, że konkretny preparat na porost włosów dla mężczyzn powinien zostać dobrany na podstawie przeprowadzonego wywiadu u specjalisty.

Szampon dla mężczyzn na wypadanie włosów

Aby zwalczyć wypadające włosy u mężczyzn w pierwszej kolejności warto postawić na szampon. Lecznicze szampony zdecydowanie różnią się od tych dostępnych w drogeriach składem, a także działaniem ukierunkowanym na ich odbudowę i wzmocnienie cebulek. Szampony przeciw wypadaniu włosów dla mężczyzn zazwyczaj zawierają:

- botaniczne komórki macierzyste
- glukonian cynku
- nanopeptydy miedzi
- witaminy z grupy B

Jeśli chcemy szybko rozwiązać swój problem, powinniśmy liczyć się z nieco większym wydatkiem, ponieważ dobry szampon na porost włosów dla mężczyzn kosztuje nawet 150 zł. Jednak przed jego zakupem należy zgłosić się do trychologa, ponieważ tańszy szampon dla mężczyzn na wypadanie włosów w danym przypadku może okazać się skuteczniejszy.

Jak przyspieszyć porost włosów u mężczyzn?

Przyjmuje się, że ludzkie włosy rosną około 1 cm w ciągu miesiąca. Jeśli w Twoim przypadku to stanowczo za wolno i zastanawiasz się jak zagęścić włosy u mężczyzn, poniżej przedstawiamy sprawdzone zabiegi i metody na szybszy porost.

Jednym ze sposobów pozwalających na przyspieszenie porostów jest mezoterapia igłowa skóry głowy. Zabieg ma na celu zahamowanie wypadania włosów, dzięki nastrzykiwaniu głowy małymi igiełkami, przez które aplikowana jest substancja odżywcza.

W ostatnich latach popularną metodą jest inwersja polegająca na wcieraniu podgrzanej oliwy z oliwek w skórę głowy, a następnie na jej opuszczeniu w celu pobudzenia pracy cebulek włosów.

Przyjemnym sposobem na porost włosów jest peeling skóry głowy. Stosowanie peelingu pozwala na usunięciu martwego naskórka oraz pomaga dotlenić zniszczone cebulki. Dodatkową korzyścią z tego zabiegu jest mocniej dokrwiona głowa, która poprawia nasze ogólne samopoczucie.

Odżywka na porost włosów dla mężczyzn - które dodatkowo suplementować?

Odżywka na porost włosów u mężczyzn jest kołem ratunkowym w sytuacji, gdy leczniczy szampon zawiedzie. Jednak pragniemy zwrócić uwagę, że szampon i odżywka to dwa różne preparaty. Głównym zadaniem szamponu jest przede wszystkim oczyszczenie skóry głowy, natomiast odżywki mają na celu pomóc w konkretnym przypadku. Właściwa odżywka na wypadanie włosów dla mężczyzn powinna zawierać ekstrakty z roślin i owoców bogatych w witaminy, aminokwasy oraz minerały.

Witaminy na porost włosów dla mężczyzn

Zanim sięgniemy po silny środek na porost włosów u mężczyzn, warto zacząć walkę z problemem od środka. Chodzi oczywiście o witaminy na porost włosów dla mężczyzn. Dostarczanie odpowiednich witamin na porost włosów dla mężczyzn jest najłatwiejszym i najszybszym sposobem, ponieważ można je zapewnić poprzez pokarm lub w formie suplementu diety.

Uznanym środkiem na ich porost jest biotyna, znana także jako witamina B7. Występuje ona w formie tabletek, kapsułek, a nawet żelków! Można ją także dostarczyć w codziennej diecie. Duże ilości biotyny znajdują się w mleku, żółtkach jajek, pomidorze, kalafiorze, podrobach czy rybach.

Skuteczna na porost włosów jest także witamina A zapewniająca prawidłowy metabolizm zrogowaciałych komórek macierzy. Sama witamina jest bardzo ważna nie tylko w procesie leczenia, ale i również utrzymania odpowiedniego poziomu ich gęstości, ponieważ jej niedobór powoduje przerzedzone włosy u mężczyzn. Witaminę A można suplementować lub zapewnić w diecie spożywając podroby, tran, mleko, masło czy żółty ser.