

Защо косите са различни?

Определящи фактори за външния вид на косата и различна ли е тя в различните възрасти? Целият човешки живот е една динамична промяна. Всички органи и системи се променят под въздействие на външни и вътрешни фактори, така че е нормално косата да се променя с възрастта. Факторите, които са отговорни за растежа на косата, най-общо се обединяват като: генетични; хормонални и екзогенни (фактори от външната среда). Всички те търпят промяна в различни периоди от живота, в резултат на което и косата се променя. Космите са придатък на кожата. Косменият фоликул (мястото, от което расте косъма) се намира в дълбоките слоеве на кожата и заено с остаряването на кожата остарява и косменият фоликул, претърпявайки една бавна и прогресираща атрофия, което води до постепенно изтъняване на косъма. Гъстотата на косата се определя от броя космени фоликули на квадратен сантиметър скалп.

Едно дете има около 1000/см²косми, след 30 години техният брой е 600/см², след 50 години броят им спада под 500/см².

Косата следва нормалните промени на остаряване на организма и тя също се променя с времето.

Генетично обусловено е каква коса ще имаме, но тя се променя в различните периоди от живота на човека.

Фактори от външната среда, които оказват влияние върху косата

Прием на медикаменти като антикоагуланти, антидепресанти, медикаменти за понижаване на кръвното налягане, цитостатици, кортикостероиди, хормонални препарати и др. водят до засилен косопад. Храненето е друг важен фактор от външната среда. Тежки изтощителни диети, липсата на желязо, витамини, особено от групата В, липсата на протеини в храната, оказват не благоприятно влияние върху нейния растеж.

Друг фактор от външната среда, който оказва влияние е т.нар. „атмосферен стрес,,. Освен кожата, косата е другият човешки елемент, който е подложен ежедневно на неблагоприятните промени на атмосферната среда -замърсяване, биологични и физични промени. Ежедневният атмосферен стрес променя неблагоприятно нашата коса.

При стрес, безсъние, емоционални и психически травми надбъбречните жлези започват да произвеждат по-високо количество тестостерон и норадреналин,което води до засилен косопад, започващ около три месеца след страданието.

Постоянни тежки, нещадящи манипулации върху косата, като третиране със силни химически агенти, термични процедури, неподходяща козметика, ще доведат до разреждане на косата и нездрав и красив вид.

Заболявания на щитовидната жлеза, автоимунни заболявания, тежки продължителни инфекции, анемии, карциноми, чернодробни заболявания, интоксикации с тежки метали, могат да бъдат причина за косопад.

Хормонални фактори

Голяма част от патологията косопад се дължи на хормонални колебания - т.нар. хормонален косопад. И двата пола страдат от този вид алопеция, но разликата е че при жените най-често патологията е временна, докато при мъжете остава за цял живот.

Най-честата хормонална алопеция при мъжете е андрогенната алопеция (мъжки тип оплешивяване). При нея под въздействие на една форма на тестостерона - (дехидротестостерон) се подтиска функцията на космения фоликул и косата се разрежда, става по-тънка. Хормоналното влияние бавно прогресира и се стига до момент на пълна загуба на фоликула, което видимо се изразява с пълна загуба на коса в определени области. Този тип алопеция е генетично обусловена.

Три са периодите в живота на жената, в които се наблюдава хормонален косопад: пубертет, след раждане и по време на менопаузата.

Най-често при момичетата по време на пубертета настъпва много лек телогенен дефлувиум, който бързо преминава.

Повреме на бременност настъпват резки ендокринни промени в женския организъм. Под въздействие на активирани хормони на надбъбрек, хипофиза, яйчници, както и под въздействие на хормоните на жълтото тяло и плацентата, телогенната фаза се скъсява и косата изглежда здрава и гъста, особено през второто и третото тримесечие на бременността.

След раждането настъпват резки промени в хормоналните стимули и това води до промени в косата - телогенните косми рязко се увеличават и започва масов, дифузен дефлувиум (опадане на косата). Процесът настъпва три месеца след раждането и е особено изразен в граничната линия с челото и слепоочието. Скоро след опадане на тези телогенни косми, косата спира да пада и постепенно започва да се възстановява, дори и без лечение.

Менопаузата променя баланса между различни нива на женски и мъжки хормони. Налице е едно относително нарастване на мъжки хормони, поради спад на естрогените. В следствие на тези промени косата става тънка, чуплива и постепенно се разрежда. Тези хормонални промени водят до разреждане на косата, като едновременно с това започва растеж на косми в областта на брада, мустаци, бузи, характерни области за мъжкото окосмяване. Голямо значение за тези промени има и намалената функция на щитовидната жлеза в периода на менопаузата.

Побеляването на косата

Побеляването на косата е в резултат на процес на загуба на пигмента в нея. Цветът на косата се определя от съдържанието на меланоцити - клетки, които произвеждат два вида пигмент - еумеланин (дава цвета на черната и кестенява коса) и феомеланин, който определя цвета на русата и червена коса. До двайсет годишна възраст активността на тези клетки се променя непрекъснато, ето защо цветът на косата търпи нюансови промени до този период. След двайсет годишна възраст продукцията на меланоцитите намалява, докато те напълно преустановят своята дейност и космите растат без пигмент - бели коси.

Моментът, в който косата на човек побелява е наследствено определен. Пример за тази наследственост на популационно ниво е различната възраст на побеляване на отделните човешки раси. Бялата раса побелява най-рано - средно около 30 години. Азиатците побеляват около 40 години, а афроамериканците най-късно - след 44 години. Пример за наследствеността на побеляването на индивидуално ниво е факта, че един индивид побелява на възраст около тази, на която са побелели неговите родители.

Интересен е фактът, че побелелите коси винаги са се смятали за един от признаците на остаряване, но няма корелативна връзка между цялостното остаряване на организма и побеляването на косата. Един човек може да старее, но косата му да не побелява и обратно, бели коси са наблюдавани и при петнайсетгодишни, независимо перфектната функция на всички органи и системи. Още повече че рано побеляващите, не умират по-рано. Побеляването на косата не е признак на стареене на индивида, а типичен пример за стареене на клетъчно ниво. Когато напълно се разгадаят механизмите на клетъчното стареене, за което в днешно време се работи усилено, тогава ще стане напълно ясно как да забавим този процес.

С уважение: Д-р Петрана Каляшева