

ŁYSIENIE

Stan włosów, podobnie jak skóry i paznokci, w znacznym stopniu zależy od wydzielania hormonów. Ich wygląd jest także odbiciem ogólnego stanu naszego zdrowia. Wiele osób, a zwłaszcza kobiet, zauważa, że zanim pojawią się pierwsze objawy chorobowe, włosy stają się matowe, odporne na zabiegi pielęgnacyjne, jakby pozbawione życia. Powinniśmy zatem traktować to jako ostrzeżenie.

Codziennie tracimy od 50 do 150 włosów. Jest to liczba praktycznie niezauważalna (na kobiecej głowie jest ich około 100 tysięcy) i zupełnie naturalna. Wypadanie włosów na ogół nasila się z wiekiem. Inaczej przebiega u kobiet i mężczyzn. U kobiet jest to na ogół przerzedzenie włosów na całej głowie, niekiedy tylko na jej czubku lub skroniach. U mężczyzn polega na „cofaniu się” linii włosów i/lub ich utracie na czubku głowy.

Medycyna chińska uważa, że włosy świadczą o naszej kondycji. Słabe sugerują, że organizm jest źle odżywiony i zatruty toksynami. Przyczyną takiego stanu może być niewłaściwa praca wątroby, nerek oraz jelit, która powoduje, że składniki odżywcze nie są właściwie przyswajane, a także zaburzenia hormonalne. Stan tych narządów i procesów metabolicznych wpływa na krew, która nie dostarcza włosom odpowiedniej ilości potrzebnych im substancji. Aby mieć ładne włosy, trzeba zatem wspomagać pracę całego organizmu oraz dążyć do zlikwidowania zakłócających ją przyczyn. Pomaga w tym komputerowe badanie włosów, które może ustalić przyczynę ich wypadania (stan mieszków włosowych), a na podstawie wykrytych w składzie włosa substancji (w tym toksyn) określić, który z narządów organizmu potrzebuje wsparcia.

Terapia: Przeciwdziałanie wypadaniu włosów jest zróżnicowane i zależy od przyczyny, która je wywołuje.

Przyczynami wypadania włosów są:

Choroby skóry głowy (łupież, łojotokowe zapalenie skóry i łuszczyca). Łupież może być spowodowany skłonnościami dziedzicznymi, występowaniem choroby wewnętrznej lub skutkiem niewłaściwej pielęgnacji skóry. Łojotokowe zapalenie skóry wywołują mikroorganizmy pochodzenia drożdżakowego, które żywią się łojem skóry głowy. Objawia się ono swędzeniem, stanem zapalnym, powstawaniem na skórze ranek i blizn oraz wypadaniem włosów. Potrzebne jest leczenie. Pielęgnacja skóry z łuszczycą wymaga specjalnej troski. Zalecana kuracja: **Chitosan** (2x dziennie po 1 kapsułce) i **Biocynk** (2x dziennie po 2–3 kapsułki). Zaleca się też stosowanie **Preparatu z dzikich mrówek** (2x dziennie po 1 kapsułce, po 7 dniach dawkę można zwiększyć do 2x dziennie po 2 kapsułki).

Silny stres fizyczny (np. poród, choroba, operacja) lub psychiczny (śmierć ukochanej osoby, wypadek, depresja). Sprawia, że energia organizmu kieruje się na podtrzymywanie sił witalnych, a kondycja włosów staje się wówczas mniej istotna. Włosy wypadają obficie, lecz nie trwa to dłużej niż 3 miesiące, po czym odrastają. Zalecana kuracja: **Biocynk** (2x dziennie po 2–3 kapsułki) i **Ikan** (2x dziennie po 2 kapsułki między posiłkami) oraz **Magnesium** (1 ampułka dziennie).

Niedobory odżywcze (np. diety odchudzające, zaburzenia pracy jelit). Powodują one, że włosy najpierw stają się suche i łamliwe, a następnie wypadają. Konieczne jest oczyszczenie i odżywienie organizmu. Zalecana kuracja: **Banting Vegetal Instant** i **Banting, Spirulina** (2x dziennie po 2 kapsułki).

Zmiany hormonalne. Estrogeny powodują porost włosów i ich grubienie, dlatego np. większość kobiet w ciąży ma piękne włosy, co jest związane ze zwiększonym wydzielaniem tego hormonu. Po porodzie występuje przejściowe pogorszenie stanu włosów. Po menopauzie spada produkcja estrogenów, a zwiększa się androgenów – hormonów męskich, które negatywnie wpływają na grubość włosów i ich witalność. Gospodarkę

hormonalną regulują **Kanli** (2x dziennie po 1 kapsułce). Zalecany jest też **Veikan** (1x dziennie po 1 kapsułce wieczorem).

Choroby. Przyczyną wypadania włosów bywają m.in. infekcje z wysoką gorączką, choroby tarczycy, niedobór żelaza w organizmie. Jeśli przyczyna wypadania związana jest z niedoborem żelaza – wskazana jest suplementacja **Spiruliną** (2x dziennie po 2 kapsułki).

Leki. Wypadanie włosów powoduje chemioterapia przeciwnowotworowa (włosy z czasem odrastają), sprzyjają mu leki na nadciśnienie zmniejszające krzepliwość krwi, wysokie dawki witaminy A, środki przeciwdepresyjne. W przypadku wypadania włosów spowodowanych chorobami zaleca się stosowanie **Spiruliny** (3x dziennie po 2 kapsułki) oraz **Veikanu** (1x dziennie po 1 kapsułce – wieczorem).

Skłonności dziedziczne. W tym przypadku dochodzi do łysienia androgenowego, które polega na obumieraniu mieszków włosowych i szybkim przedzaniu się włosów. Dotyczy zarówno mężczyzn między 20. a 30. rokiem życia, jak i kobiet po 40. Należy stosować **Biocynk** (3x dziennie po 2 kapsułki). Warto także przez 3–5 min dziennie czesać głowę aparatem do regulacji ciśnienia.

Niewłaściwa pielęgnacja. Włosom szkodzą zabiegi upiększające. Farbowanie, trwała, częste suszenie gorącym powietrzem przesuszają je i sprawiają, że stają się łamliwe i wypadają. Kondycję włosów zniszczonych zabiegami pielęgnacyjnymi poprawiają **Kapsuły Piękności Lian Jan** (2x dziennie po 1 kapsułce rano i wieczorem).