

## TRYCHOLOG...włos z głowy nie spadnie

Rozmowa z dr n. med. Anną Kozłowską – dermatologiem - trychologiem

### ***Czym zajmuje się trycholog? Skąd u Pani taka pasja, która przerodziła się w zawód?***

Trychologia jest działem dermatologii zajmującym się diagnostyką i leczeniem zaburzeń wzrostu włosów oraz schorzeń skóry owłosionej głowy. Ocenia się, że 10-20% Pacjentów zgłaszających się do poradni dermatologicznych ma powyższe problemy. Zatem znajomość trychologii wydaje się być potrzebna.

### ***Z jakimi problemami można zgłaszać się do trychologa?***

Do lekarza dermatologa - trychologa należy się zgłaszać w przypadkach nadmiernego wypadania i/lub przersedzania się włosów oraz zmian chorobowych zlokalizowanych na owłosionej skórze głowy, a niekiedy również na skórze innych okolic ciała.

### ***Pytanie najbardziej niewygodne – “co da Ci trycholog czego nie da Ci dermatolog”?***

Dermatolog – trycholog powinien posiadać pogłębioną wiedzę dotyczącą problemów związanych z wypadaniem włosów i schorzeniami skóry głowy oraz ich leczeniem. Wskazane jest żeby umiał wykonać podstawowe badania oceniające stan włosów.

### ***Jak wygląda wizyta u trychologa? Czy boli? Po jakim czasie można spodziewać się poprawy stanu włosów?***

Wizyta u dermatologa – trychologa powinna składać się z wywiadu dotyczącego potencjalnych przyczyn wypadania włosów (z uwzględnieniem wyników badań laboratoryjnych), oceny stanu skóry głowy i wykonania trichogramu lub trichoskopii.

Reakcja na ból jest zjawiskiem indywidualnie zmiennym, ale uczucie bólu przy pobieraniu kępki złożonej z kilku włosów jest z reguły niewielkie.

Wizyta u dermatologa – trychologa i wykonanie badania ma na celu zdiagnozowanie przyczyn wypadania włosów i ewentualnie zastosowanie leczenia. Poprawa stanu włosów może nastąpić nawet samoistnie i w krótkim czasie. Jednak nierzadko zjawisko nadmiernej utraty włosów ma charakter przewlekły lub nawracający.

### ***W jakim celu wykonuje się badanie trichogram?***

Trichogram wykonuje się celem oceny korzeni włosów, czyli ich dolnych części umiejscowionych w skórze.

Włosy głowy człowieka podlegają indywidualnie, w sposób niesynchronizowany powtarzającemu się cyklowi składającemu się z fazy wzrostu, inwolucji i spoczynku.

Po zakończeniu tej ostatniej fazy, jak również w wyniku uszkodzenia w okresie wzrostu włosy wypadają. Odmienny wygląd korzeni w poszczególnych fazach, jak również znajomość prawidłowego stosunku włosów rosnących do wypadających pozwalają na określenie mechanizmu i nasilenia utraty włosów.

### ***Na czym polega to badanie?***

Badanie polega na pobraniu (wyrwaniu) przy pomocy kleszczyków kilku niewielkich kępek włosów i ocenie ich korzeni w mikroskopie świetlnym.

### ***Jak prawidłowo się przygotować do badania?***

Badanie nie wymaga specjalnego przygotowania. Nie powinno się myć włosów przez 1 dobę przed planowanym wykonaniem trichogramu, nie należy ich tuż przed badaniem tapinować ani lakierować.

### ***Czy przed badaniem muszę odstawić preparaty doustne wzmacniające włosy?***

Przed badaniem nie ma potrzeby przerywania leczenia – ani doustnego ani zewnętrznego.

### ***Mam włosy farbowane czy to dyskwalifikuje mnie do badania?***

Farbowanie włosów nie stanowi przeciwwskazania do wykonania badania. Jednak włosy nie powinny być farbowane bezpośrednio przed nim, gdyż barwnik zalegający na powierzchni skóry utrudnia ocenę jej stanu.

### ***Choruje na łysienie plackowate czy to prawda, że do badania wyrwa się włosy? Czy mogą być to włosy, które same wypadły ?***

W przypadkach łysienia plackowatego nie zawsze konieczne jest wykonanie trichogramu. Niekiedy wystarczy wywiad, ocena kliniczna i obejrzenie ognisk chorobowych przy pomocy dermoskopu.

Ocena włosów, które wcześniej wypadły jest skomplikowana technicznie (o ile nie został z nich wykonany trwały preparat) i mało wiarygodna.

### ***Ile włosów pobiera się do badania? Czy włosy wyrwane do tego badania odrastają?***

Do badania pobiera się około 50-60 włosów – małymi kępkami z kilku różnych miejsc. Włosy wyrwane odrastają.

### ***Od pewnego czasu obserwuje u siebie wypadanie włosów nawet powyżej 100 dziennie czy powinienam zrobić trichogram?***

Dzienna utrata włosów w liczbie przekraczającej powyżej 100, uważana jest za nadmierną. W takim przypadku ocena stanu korzeni jest wskazana.

### ***Jakie badanie należy wykonać by określić stan Naszych włosów i dobrać do nich odpowiednią pielęgnację.***

Ocena włosów polega na ich obejrzeniu klinicznym i przy użyciu dermoskopu oraz ewentualnym wykonaniu trichogramu (badanie korzeni w mikroskopie świetlnym). Należy zwrócić uwagę na obecność zmian na skórze głowy, zmian strukturalnych (w budowie) łodyg, występowania nadmiernej łamliwości oraz nasilenie łojotoku. Od powyższych zjawisk zależy pielęgnacja, czyli odpowiednia częstota mycia włosów, rodzaj stosowanego szamponu i używanie odżywek. Pielęgnacja włosów jest zagadnieniem z pogranicza trychologii i sztuki fryzjerskiej.