

## رنگ مو با موها چه می کند؟

رنگ کردن مو قدمتی دیرینه دارد.



رنگ کردن مو قدمتی دیرینه دارد. انسان‌ها از زمان‌های بسیار دور علاقه بسیاری به رنگ کردن موهایشان داشته‌اند و با استفاده از گیاهانی مثل حنا موهایشان را رنگ می‌کردند. البته این علاقه تا امروز نیز ادامه یافته است. تا چند سال پیش استفاده از رنگ موها به ویژه رنگ‌موهای شیمیایی بیشتر در بین زنان و آن هم برای پوشاندن موهای سفید رواج داشت، اما متأسفانه امروزه استفاده از رنگ موهای شیمیایی در بین جوانان و نوجوانان نیز شایع شده که البته می‌تواند صدمات زیادی را هم به دنبال داشته باشد.

لازم است بدانید هر محصول آرایشی و بهداشتی و به ویژه از نوع شیمیایی آن بدون عارضه‌ی جانبی نیست و با وجود آن که هر چند وقت یک بار، خبرهایی در مورد عوارض استفاده از رنگ موهای شیمیایی از سوی محققان انتشار می‌یابد، اما همچنان آمار مصرف این ماده شیمیایی رو به افزایش است.

حالا که نمی‌توان افراد را از رنگ کردن موها بازداشت و رنگ کردن مو لازم به نظر می‌رسد و نمی‌توانید از آن صرف‌نظر کنید، پس دست‌کم به طور اصولی و درست از آن‌ها استفاده کنید و حتی‌الامکان از رنگ‌های گیاهی به جای رنگ‌های شیمیایی استفاده نمایید.

### رنگ طبیعی موها

هر تار مو از دو قسمت اصلی غلاف و ریشه تشکیل شده است. غلاف همانی است که دور تا دور ساقه و ریشه را می‌پوشاند. ساقه مو دو نوع رنگدانه دارد: رنگدانه‌های قهوه‌ای تا سیاه و رنگدانه‌های طلایی تا قرمز. بسته به نژاد افراد، نوع رنگدانه و در نتیجه رنگ موی آن‌ها با هم متفاوت است و چنانچه رنگدانه‌ها از بین بروند، مو سفید می‌شود.

### آشنایی با رنگ موهای شیمیایی

رنگ موها به دو دسته تقسیم می‌شوند: رنگ موهای موقت و رنگ موهای دائمی.

#### الف) رنگ موهای موقت

در زیر شاخه رنگ موهای موقت، یک دسته دیگر هم وجود دارد که به آنها نیمه‌موقت می‌گویند. رنگ موهای موقت رنگ‌هایی هستند که فقط به اندازه یک بار شامپو زدن دوام دارند. این رنگ‌ها به داخل مو نفوذ نمی‌کنند و تنها روی ساقه مو قرار می‌گیرند. رنگ‌های نیمه‌موقت که بیشتر برای موهای سفید کاربرد دارند، به اندازه 4 تا 6 بار شامپو زدن روی مو ماندگاری دارند. این رنگ موها به دلیل داشتن مواد اکسیدان ضعیف و نداشتن آمونیاک به موها صدمه کمتری می‌زنند و حتی گاهی به عنوان تقویت‌کننده رنگ طبیعی مو نیز به کار می‌روند.

#### ب) رنگ موهای دائمی یا ثابت

ماندگاری و پایداری این رنگ‌ها، روی موها بیشتر و طولانی‌تر است. این رنگ‌ها رایج‌ترین رنگ‌های مصرفی در سالن‌های آرایشی هستند و اغلب مردم ترجیح می‌دهند که از این رنگ‌ها استفاده کنند، اما از تاثیرات مخرب احتمالی آنها روی مو و پوست سر غافل هستند.

رنگ موی دائمی، حاوی آمونیاک و اکسیدان است. اکسیدان به عنوان کاتالیزور عمل کرده و باعث می‌شود که رنگ به صورت دائمی روی مو باقی بماند، اما به دلیل آسیبی که اکسیدان‌های قوی به مو می‌زنند، بهتر است از اکسیدان‌های ضعیف‌تر استفاده شود. اکسیدان‌های قوی، سولفورهای بیشتری از مو را پاک می‌کنند، در نتیجه مو سفت شده و قطرش کاهش می‌یابد.

آمونیاک با جدا کردن کوتیکول مو، به رنگ اجازه می‌دهد که به داخل مو نفوذ کند، اما در برخی از رنگ موها میزان آمونیاک به قدری زیاد است که پیوندهای سولفور مو را بیش از حد از هم جدا می‌کند، در نتیجه مو نازک و شکننده می‌شود.

### موهای سفید، پدیده‌های فراگیر

این روزها سفید شدن مو در سنین کم بسیار شایع شده است. سفید شدن مو به عوامل مختلفی بستگی دارد که یکی از مهم‌ترین آنها زمینه ارثی است. البته بیماری‌هایی مثل ویتیلیگو نیز می‌تواند عامل سفیدی مو باشد. این بیماری علاوه بر موها، پوست و بعضی از نواحی بدن را هم سفید می‌کند. از عوامل مهم دیگری که می‌توان به آن اشاره کرد تغذیه غلط است. کمبود ویتامین‌هایی مثل ویتامین های گروه B و کمبود روی و سلنیوم در سفید شدن مو موثر است.

اگر سفید شدن مو زمینه ارثی داشته باشد، درمان دارویی تاثیری در جلوگیری از سفید شدن آن ندارد، ولی چنانچه سفید شدن مو به دلیل بیماری یا تغذیه نادرست باشد، با درمان دارویی می‌توان از سفید شدن بیشتر آن جلوگیری کرد.

به هر حال یکی از دلایل مهم و انگیزه اصلی اغلب مردم برای رنگ کردن موها، مخفی کردن همین موهای سفید است. حتما شما هم با افرادی برخورد کرده‌اید که می‌گویند نمی‌دانم چرا موهای سفیدم، پس از چند بار شستشو رنگ‌اش را از دست می‌دهد، یا برخی می‌گویند تار موهای سفیدم رنگ نمی‌گیرند. در واقع باید بگوییم که موهای سفید، به ویژه در برخی از نقاط سر مثل اطراف شقیقه‌ها در برابر رنگ مو مقاوم هستند، یا به سرعت رنگ خود را از دست می‌دهند.

هر چیزی که باعث شود ساختار طبیعی مو از حالت عادی خارج شود، برای مو مضر محسوب می‌شود. به همین علت باید تا حد امکان از مواد شیمیایی مخصوص فر کردن، رنگ کردن و... کمتر استفاده شود.

### رنگ کردن مو در دوران بارداری ممنوع

از آنجایی که تحقیقات در این زمینه هنوز تکمیل نشده، نمی‌توان ادعا کرد که صددرصد رنگ مو تاثیر مضر بر روی جنین دارد، اما همان‌طور که می‌دانید پوست کف سر می‌تواند مقداری از مواد شیمیایی موجود در رنگ را جذب کرده و وارد جریان خون کند و از آنجایی که سه ماهه اول بارداری، زمان شکل‌گیری جنین بوده و جنین در این زمان بسیار حساس و آسیب‌پذیر است، پس به زنان باردار توصیه می‌شود بهتر است که تا پایان دوران بارداری از رنگ‌های شیمیایی استفاده نکنند، خصوصا در سه ماه اول بارداری.

این رنگ‌ها می‌توانند باعث سقط جنین شوند، لذا استفاده از آن در دوران بارداری به هیچ وجه توصیه نمی‌شود.

### عوارض رنگ مو

برخی از محققان معتقدند که استفاده زیاد از رنگ موهای شیمیایی باعث سرطان مثانه و لنفوم غیر هوچکین (نوعی سرطان خون) می‌شود.

همچنین استفاده مکرر یا نادرست از رنگ موها به خصوص رنگ موهای دائمی، باعث آسیب موها و بروز موخوره می‌شود. خشک و زبر شدن و شکنندگی موها نیز از آسیب‌هایی است که در اثر از بین رفتن چربی مو به وجود می‌آید.

استفاده مکرر از رنگ مو سبب ایجاد حساسیت‌های پوستی، شوره سر، خارش و حتی قرمزی پوست سر می‌شود. چنانچه مواد شیمیایی موجود در رنگ قوی باشد و فرد نسبت به این مواد حساسیت داشته باشد، ممکن است سوختگی در سر ایجاد شود که اثرات آن حتی می‌تواند تا آخر عمر باقی بماند. این حساسیت به دلیل وجود ماده‌ای به نام پارافنیلین دی‌آمین (PPD) در رنگ مو است. معمولا علائم این حساسیت شامل قرمزی پوست سر، خارش، سوزش و ایجاد تاول و کنده شدن پوست سر است. به دلیل حساسیتی که این ماده در برخی از افراد ایجاد می‌کند، در تعدادی از کشورها استفاده از این ماده در رنگ موها ممنوع شده و در بسیاری از رنگ موها درصد آن بسیار کاهش یافته است، اما به هر حال افرادی که به این ماده حساسیت دارند، نباید از این رنگ موها استفاده کنند.

توصیه‌هایی برای کاهش اثرات مضر رنگ مو

برای رنگ کردن موها توصیه می‌شود که به متخصصان امر مراجعه کنید و هرگز خودتان اقدام به این کار نکنید.

همچنین برای کاهش اثرات سوء رنگ‌های شیمیایی بهتر است:

- از رنگ موهایی استاندارد استاندارد و دارای مجوز وزارت بهداشت استفاده کنید.

- بیشتر از زمان مورد نیاز، رنگ را بر روی سر باقی نگذارید.

- بعد از استفاده از رنگ، سر را با آب خوب بشویید.

- رنگ موهایی مختلف را باهم مخلوط نکنید، زیرا ممکن است مواد مضر ایجاد شود.

- هنگام استعمال رنگ مو از دستکش استفاده کنید.

- قبل از رنگ کردن مو با یک شامپوی مناسب، موها را شستشو دهید.

- هرگز بعد از رنگ کردن موها از مواد صاف‌کننده یا فرکننده استفاده نکنید.

- پس از رنگ کردن، از مواد تقویت‌کننده مو استفاده کنید.

- از تعویض مکرر رنگ مو اجتناب کنید.

- رنگ مو را در فاصله‌های زمانی طولانی تری استفاده کنید، زیرا هر چند عوارض رنگ مو در درازمدت پدید می‌آید، ولی هر چه فاصله زمانی رنگ کردن موها طولانی‌تر شود، بهتر است.