



چرا ابروها می ریزند؟

ابرو یکی از اجزای صورت است که برای شکل دادن صورت لازم و ضروری است. چهره کلی فرد در صورت ریزش ابرو دچار تغییر عمده ای می گردد.

ابرو یکی از اجزای صورت است که برای شکل دادن صورت لازم و ضروری است. چهره کلی فرد در صورت ریزش ابرو دچار تغییر عمده ای می گردد. تا به حال شنیده اید که کندن بیش از حد ابرو باعث کم شدن و ریزش آن می شود؟

مو در اثر عوامل متعددی که بر چرخه رشد آن اثر می گذارد، تاثیر می پذیرد. مصرف داروها از جمله داروهای شیمی درمانی و یا بیماری های پوستی که باعث بروز التهاب شدید در منطقه دارای مو می گردند، باعث ریزش ابرو می گردد.

بیماری های هورمونی یا غدد درون ریز نیز می توانند بر فولیکول مو تاثیر بگذارند. بیماری های خودایمنی و بیماری های عفونی نیز بر مو تاثیر دارند.

علل ریزش ابرو

1- بیماری های غدد درون ریز یا تغییرات هورمونی

عواملی که بر تعادل هورمونی فرد تاثیر بگذارد می تواند باعث ریزش ابرو شود. این تغییرات هورمونی شامل حاملگی و بیماری های تیروئیدی است که خوشبختانه پس از اتمام و رفع آنها، رویش مجدد مو رخ خواهد داد.

مصرف داروهای هورمونی مثل دانازول، داروهای پیشگیری از بارداری، پروژسترون، دی اتیل استیل بسترول (DES) و HCG نیز در ریزش مو موثرند.

آلوپسی آندروژنیک نیز که فرمی از طاسی است می تواند به مرور زمان بر موی ابرو اثر گذاشته و آن را نازک کند که این مشکل می تواند به دلیل تغییرات هورمونی یا تغییرات موی ابرو به واسطه افزایش سن فرد باشد.

2- شیمی درمانی

اثر شیمی درمانی کاملاً مشخص نیست. شیمی درمانی بر فعالیت بسیاری از سلول ها تاثیر می گذارد و موجب ریزش موقت مو می شود. شایع ترین داروهای شیمی درمانی که باعث ریزش مو می گردد عبارتند از: سیکلوفسفاماید، بلئومایسین، دونوروبیسین، متوتروکسات، تاموکسی فن، تاکسول، وینبلاستین، کلشی سین، ملفالان، 5 فلوروئوراسیل، اتوپوسید، اتامبوتول، اینترفرون آلفا، اینترفرون گاما.

3- سرطان های مهاجم

سرطان هایی که از محل خود انتشار پیدا می کنند و مو را درگیر می کنند مثل لنفوم که با درگیری و ضخامت تکه ای پوست همراه است و یا لوسمی که به بافت های عمقی انتشار پیدا می کند.

4- عفونت ها

عفونت هایی که مستقیماً بر فولیکول یا ساقه مو اثر می کنند. ریزش موی تکه ای یکی از مشکلاتی است که در بیماری سیفلیس دیده می شود.

شایع ترین عفونت های موثر بر مو عبارتند از:

عفونتی قارچی: عفونت های قارچی که بیشتر پوست سر را درگیر می کند، می تواند باعث ریزش موقت مو شود.

شپش: خارش و خراشیدن ابرو و مژه باعث کندن آن می شود.

بیماری هانسن: می تواند باعث نازک شدن موی ابرو شود.

سیفلیس: باعث ریزش موی "بید خورده"، بیشتر در مراحل پیشرفته می شود.

5- بیماری های خودایمنی

از مهم ترین آن ها می توان به لوپوس، آلوپسی آره آتا و ویتیلیگو اشاره کرد.

6- التهاب ناشی از بیماری های معمول پوستی

التهاب ناشی از بیماری های معمول پوستی از جمله سبور، پسوریازیس، اگزما و درماتیت تماسی می تواند در اثر خارش و خراشیدن، منجر به ریزش موی ابرو شود.

7- تومورهای پوستی که به سرعت روی پوست رشد می کنند

به این دلیل که مو قادر نیست به درون ایه ضخیم تومور نفوذ کند، قابلیت رشد در این تومورها را ندارد. از جمله این ضایعات پوستی می توان به سبورئیک کراتوز، مول، هیپرپلازی غدد سباسه، زگیل و همانژیوم اشاره کرد.

8- اختلالات انفیلتراسیون

از جمله آلوپسی موسینوس، بیماری های اسکروز و اسکار خصوصاً کلونیدهای بزرگ

9- داروها

موی ابرو نیز مانند سایر موها تحت تاثیر بعضی از داروها ریزش پیدا می کند از جمله آن ها:

- داروهای ضد فشار خون مثل پروپرانولول، اتنولول، کاپتوپریل، کلونیدین

- داروهای روانپزشکی مثل: Prozac، لیتیوم، هالدول، آمی تریپتالین، دوگزین، ایمی پرامین

- داروهای تشنج: فنی توئین، فنوباریتال و اسید والپروئیک

-10 فلزات سنگین و مواد سمی

از جمله نقره، آرسنیک، تالیوم، ید و طلا

-11 مصرف بیش از حد ویتامین و مواد معدنی

از جمله ویتامین B و مشتقات ویتامین A که از جمله عوارض داروهای اکوتان و اترتینات است.

-12 بیماری های روانی

تری کوتیلومانیا که یک مشکل روانی است که با کندن مو همراه است. انجام مکرر آن باعث ریزش دائمی مو می گردد و کندن بیش از حد مو که می تواند باعث ریزش دائمی مو شود.

-13 ضربه های فیزیکی مثل تصادف، سوختگی، حرارتی، شیمیایی یا الکتریکی.

-14 عوامل متفرقه دیگر

گازهای بیهوشی عمومی، افزایش چربی خون، مصرف موضعی قطره های بتابلوکر چشمی موجب ریزش ابرو و مژه می گردد، که قابل برگشت است.

درمان ریزش ابرو

- در مواردی که بیماری سیستمیک یا موضعی وجود داشته باشد، باید فرد تحت درمان مناسب قرار بگیرد و در صورت کنترل مشکل داخلی، با استفاده از جراحی پیوند ابرو، امکان ترمیم وجود دارد.

در مواردی که علت ریزش ابرو، بیماری های روانی از جمله تری کوتیلومانیا باشد، فرد باید تحت درمان مناسب قرار بگیرد، چرا که در صورت عمل جراحی یا مصرف دارو، کندن مجدد آن امکان دارد
- در صورتی که علت ریزش ابرو، اسکار جراحی، تروما یا سوختگی باشد، با استفاده از جراحی پیوند ابرو قابل ترمیم می باشد.

- بعضی پزشکان از ماینوکسیدیل موضعی در درمان ریزش ابرو استفاده می کنند.

پرپشت کردن ابرو

کم پشت شدن ابروها می تواند در پی نازک کردن (حتی بعد از یک بار) یا تراشیدن ابرو ایجاد می شود.

حتما می دانید که وظیفه اصلی ابروها، ایجاد سد است؛ سدی برای جذب رطوبت که ممکن است به شکل عرق شور و باران داخل چشم ها برود و نیز سدی در برابر تابش مستقیم نور.

بدون در نظر گرفتن هدف شما از تقویت و رشد مجدد ابروها، باید بدانید که اصولا رشد ابروها آهسته صورت می گیرد و ابروهای طبیعی معمولا بعد از 6 تا 8 هفته به اندازه اصلی خود می رسند و در طول این مدت، فرد ظاهری به شدت آشفته و نامرتب پیدا می کند.

مطالعه نکات زیر کمک می کند تا به رشد ابروهای خود سرعت ببخشید و علاوه بر آن، با پرشدن مجدد ابروها، همچنان خوش قیافه بمانید:

قدم اول) استفاده از مواد غذایی غنی از پروتئین و ویتامین های A، E، C و... به همراه مصرف قرص اسید فولیک مفید است.

قدم دوم) موهای ابرو را با یک برس ارزان قیمت ابرو، به مدت 2 دقیقه شانه کنید. شانه کردن موهای ابرو باید در جهت رشد آن ها، به سمت بالا و خارج صورت باشد. این کار باعث تقویت ناحیه ابرو و تسریع در رشد موها می شود.

قدم سوم) استفاده از قطره تقویت کننده ی ابرو که در هر داروخانه ای یافت می شود.

قدم چهارم) اگر کم پشتی ابروهای شما فقط مختص به نواحی خاصی از آن است، موقتا از مداد ابرو استفاده کنید. بهتر است فواصل خالی بین موهای ابرو را با کشیدن خط های کوتاه و در هم پر کنید تا این که یک خط ممتد و پررنگ بکشید. در مورد رنگ مداد ابرو نیز دقت کنید. در نهایت، روی ابروها را با سیلر ابرو (ماده ای برای ثابت کردن حالت و رنگ ابروها) اسپری کنید.

قدم پنجم) اگر موهای ابروهای تان در اثر شیمی درمانی یا دیگر فرایندهای درمانی ریخته اند، با مداد ابرو برای خودتان ابرو بکشید. البته دقت کنید که چندان مصنوعی به نظر نرسند. استفاده از سیلر ابرو کمک می کند تا ابروها در طول روز، پاک نشوند. تاتوی موقت نیز برای این کار مناسب است، به شرطی که مدل ابروی خودتان را بکشید تا صورت شما مثل عروسک ها مصنوعی نشود.

اگر کم پشتی ابروهایتان ارثی است، برای شما تاتوی موقت نیز مناسب است. استفاده از ابروهای مصنوعی نیز گزینه مناسبی است که برای این کار بهتر است به متخصص مراجعه کنید.