

## **استرس، یکی از علل ریزش مو**

پژوهشگران در تحقیقات خود دریافتند استرس سبب بروز مشکلات متفاوتی در افراد از جمله ریزش موی سر می شود.



پژوهشگران در تحقیقات خود دریافتند استرس سبب بروز مشکلات متفاوتی در افراد از جمله ریزش موی سر می شود. نگرانیها سبب بروز بیماریهای دیگری در افراد می شود. نگرانیها که این روزها به عارضه ای همه گیر تبدیل شده است، در گذر زمان به تدریج به بیماری تبدیل می شود که رها شدن فرد از آن ناممکن می شود. در این تحقیقات آمده است، استرس سبب ترشح هورمونهایی در بدن می شود که با بروز سردرد، خستگی مفرط، مشکلات معده، ریختن موی سر و از دست رفتن توازن بدنی همراه است. به گفته محققان نگرانی برفعالیت عددی تاثیر می گذارد که در زنان سبب کاهش وزن می شود. البته در برخی افراد نیز نگرانی سبب اضافه وزن می شود به طوری که پزشکان یکی از علل بروز چاقی مفرط را همین مساله می دانند. گفتنی است، ارتباط مستقیمی میان نگرانی و بی خوابی وجود دارد که با محدود کردن علل و مسبب های بروز استرس می توان با این بیماری مبارزه کرد.