

# Wiosna we włosach

WSZYSTKO WOKÓŁ KWITNIE, BUCHA ŻYWOTNOŚCIĄ I KOLOREM, TYLKO NASZE WŁOSY – WRĘCZ ODWROTNIE! ZACZYNAJĄ WYPADAĆ, COS SIĘ Z NIMI DZIEJE NIEDOBREGO – SĄ SZORSTKIE, MATOWE, PRZYKLAPNIĘTE, WRĘCZ NIE DO UCZESANIA!



**N**admierna utrata włosów, ich łamliwość i przesuszenie oraz inne symptomy osłabienia to częsty wiosenny objaw gorszej kondycji włosów. Są jednak różne tego przyczyny, które się o tej porze roku mogą objawić.

Decydujące znaczenie odgrywają niedobory dietetyczne, które pojawiają się w organizmie na tzw. „przednówku” (braki aminokwasów, substancji witaminowych i mineralnych).

Nasza dieta wpływa na stan włosów, gdyż odżywianie włosa odbywa się poprzez składniki doprowadzone do cebulki, tkwiącej w skórze. Potwierdzają to np. doniesienia o występowaniu łysienia u kobiet w czasie intensywnych kuracji odchudzających, jak również u ludzi leczonych przez dłuższy czas pozajelitowo i pozbawionych tym samym podstawowych kwasów tłuszczowych oraz niektórych mikroelementów. Także stany napięcia emocjonalnego i stres wpływają negatywnie na kondycję włosów, które zaczynają wypadać zazwyczaj 3-4 miesiące po zadziałaniu stresora. Stres u kobiet działa w dwojaki sposób: powoduje podniesienie poziomu prolaktyny, co prowadzi do rozchwiania pozostałych hormonów oraz uruchamia neuropeptydy, które wpływają na nieprawidłowe funkcjonowanie mieszka włosowego. Schorzenia ogólnoustrojowe (problemy z tarczycą, toczeń), czy długotrwałe choroby infekcyjne, przebiegające z wysoką gorączką

# Naturalne piękno

Specjalny preparat rewitalizujący włosy i paznokcie z wyciągiem z zarodków pszenicy (500 mg) i prosa (150 mg). Zawiera aminokwasy, fitoestrogeny i fitosterole z zarodków pszenicy oraz prosa, niezbędne kwasy tłuszczowe i witaminy (B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, C), które:

- wzmacniają strukturę włosów i paznokci
- poprawiają odżywienie cebulek włosa
- zapobiegają przedwczesnemu siwieniu

WYSOKA  
JAKOŚĆ  
ZA  
PRZYSTĘPNĄ  
CENĘ



**TYLKO**  
1 kapsułka dziennie!



**TYLKO**  
1 kapsułka dziennie!

Preparaty dostępne w aptece bez recepty.

Kombinacja najwyższej na rynku dawki oleju z ogórecznika (600 mg, w tym 21% korzystnych kwasów GLA), wyciągu ze skrzypu (100 mg), naturalnego beta-karotenu, cynku, witamin C i E:

- pielęgnuje skórę od wewnątrz
- znacząco poprawia i wspomaga odpowiednie nawilżenie skóry
- utrzymuje gładkość i sprężystość skóry
- łagodzi podrażnienia skóry

Preparat szczególnie zalecany dla cery suchej, wrażliwej i mieszanej, dla osób mających problemy z cerą.

(grypa, zapalenie oskrzeli) także osłabiają włosy.

Nie bez znaczenia są niewłaściwe zabiegi fryzjerskie, prowadzące do mechanicznego uszkodzenia struktury włosa lub jej osłabienia (farbowanie, trwała ondulacja). Włosy przesuszone zabiegami fryzjerskimi pozbawione są otoczki tłuszczowej, chroniącej rdzeń włosa.

Do nadmiernej utraty włosów dochodzi także w przypadku zatrucia metalami ciężkimi i ekspozycji na czynniki toksyczne, (np. promieniowanie jonizujące, przyjmowanie niektórych leków). Przyczyną może być też choroba skóry głowy – alergia kontaktowa, grzybica, łojotok.

### NIEDOBORY ŻELAZA

Niedokrwistość (anemia) spowodowana jest niedoborem żelaza i często objawia się właśnie wiosną, dając sygnał wypadaniem włosów. Niedobory tego pierwiastka należy zdiagnozować i leczyć preparatami uzupełniającymi.

### ZABURZENIA HORMONALNE

Wypadanie włosów ma też często miejsce w przypadku nierównowagi hormonalnej, która pojawia się u mężczyzn i kobiet w okresie przekwitania, albo po odstawieniu leków antykoncepcyjnych (hormonalnych) oraz w okresie rekonwalescencji. Zaburzenia hormonalne dotyczą żeńskich i męskich hormonów płciowych.

Także choroby endokrynologiczne, np. niedoczynność tarczycy przejawia się m.in. problemami z włosami. Często pierwszymi objawami są wypadające włosy, suche paznokcie i przesuszona skóra.

### CHOROBY SKÓRY GŁOWY

Trzeba też zwrócić uwagę, czy utracie włosów nie towarzyszy swędzenie i łuszczenie się skóry na głowie, może to być bowiem objawem łojotokowego zapalenia skóry. Natomiast miejscowe wypadanie włosów (łysienie plackowate) może być wynikiem grzybicy skóry głowy. Choroby skóry głowy, wspomniana grzybica, łojotok lub łupież są do wyleczenia.

### JAK SZYBKO WZMOCNIĆ WŁOSY?

Eliminacja czynników negatywnych w połączeniu z właściwą dla włosów dietą, wzbogaconą w substancje witaminowe i mineralne, to podstawa terapii, na której widoczne efekty trzeba będzie, niestety, trochę poczekać... Nie jest możliwa „szybka” kuraacja, bo na to, że włosy nadmiernie wypadają, też „pracowaliśmy” przez kilka ostatnich miesięcy... W celu poprawy kondycji włosów i zmniejszenia tendencji do nadmiernego ich wypadania, należy zintensyfikować odżywianie włosa od wewnątrz. Wygląd skóry, włosów i paznokci świadczy o ogólnej kondycji całego organizmu. Stosowanie odpowiednich preparatów w postaci tabletek, czy kapsulek doustnych powoduje dostarczenie substancji, które są niezbędne dla właściwej ochrony i pielęgnacji włosów.

### PODZIELIĆ WŁOS NA CZWORO...

Preparaty doustne powinny zawierać składniki stanowiące budulec dla włosów i płytki paznokciowej, m.in. aminokwasy siarkowe (lizynę i metioninę).

Odpowiednie ukrwienie skóry i cebulek włosowych zapewnia niacyna (wit. B3, PP) oraz minerały: wapń, fosfor, żelazo oraz krzem. Krzem ma bezpośredni wpływ na stan skóry, ponieważ duże ilości kwasu krzemowego znajdują się w tkance łącznej i odpowiadają za utrzymanie elastyczności naskórka, wzmacniają skórę i pobudzają ją do produkcji kolagenu i elastyny, zapewniających sprężystość skórze. Związki krzemu wzmacniają naczynia krwionośne, co zapobiega ich pękaniu i tworzeniu się tzw. pajęczek, są niezbędnym budulcem włosów i paznokci. Krzem ponadto wzmacnia naczynia krwionośne i wpływa na przemianę materii, oczyszczając organizm.

Niedobory magnezu mogą również skutkować wypadaniem włosów i łamaniem się paznokci, a braki cynku powodują ogólnie problemy z włosami i skórą.

Biotyna i kwas paraaminobenzoowy przeciwdziałają łysieniu, łojotokowi, stanom zapalnym skóry, zapobiegają przedwczesnemu siwieniu i chronią włosy przed szkodliwym działaniem UV.

Stosowanie preparatów zawierających wymienione substancje oraz witaminy i sole mineralne, pomoże przywrócić skórze zdrowy kolor i jędrność, skutecznie przeciwdziała zmarszczkom, wzmacnia paznokcie i poprawia kondycję włosów. Przemysł farmaceutyczny oferuje ogromną ilość preparatów „na włosy, skórę i paznokcie” należących do różnorodnych grup chemicznych i wykazujących wielokierunkową aktywność farmakologiczną, pozwalając zwalczyć wiele problemów i wspomóc efekt działania kosmetyków. Można z nich skorzystać, sprawdzając indywidualne działanie poszczególnych suplementów.

### SZAMPON I ODŻYWKI

Oprócz doustnych kompleksów witaminowo-mineralnych stosuje się pomocniczo preparaty miejscowe, które aplikuje się bezpośrednio na włosy lub skórę głowy. Ich zadaniem jest dokładne oczyszczenie (szampony) z zalegających na ich powierzchni zanieczyszczeń oraz pozostałości preparatów fryzjerskich. Następnym krokiem jest aplikacja preparatów o właściwościach kondycjonujących (odżywki, balsamy, lotiony, ampulki).

W aptekach jest dostępnych wiele takich preparatów. Część z nich opiera się na wyciągach roślinnych (np. z cenionej w ludowej medycynie czarnej rzepy, skrzypu). Wyciąg ze skrzypu polnego, bogaty we wzmacniającą włosy krzemionkę aktywnie odżywia cebulkę włosa od zewnątrz. Obecność aminokwasów siarkowych oraz witamin (najczęściej B<sub>2</sub>), a nawet kofeiny także wzbogaca działanie tego typu preparatów. Są innowacyjne produkty, które zawierają opatentowane cząsteczki związków budulcowych, wpływających na wygląd włosów i skóry.

Konsultacja:

■ dr n. farm. Barbara Figura

reklama

## DODAJ BLASKU SWOIM WŁOSOM, SKÓRZE I PAZNOKCIOM...



### Bio-Uroda suplement diety

Łamiące się paznokcie i rozdzielające się końcówki włosów to problemy wielu kobiet, ale niewiele z nich wie jak witaminy i składniki mineralne mogą zmienić ten stan. Odpowiednia suplementacja zapewni stały dopływ witamin, minerałów i mikroelementów, co znakomicie wspomaga, a często nawet warunkuje powrót kondycji. Jeśli chcesz mieć ładne włosy, skórę i paznokcie, to najlepiej wzmocnij je od środka.

Bio-Uroda to suplement diety - kompozycja składników: krzem, cynk oraz witamina B<sub>6</sub> i C, które sprawiają, że paznokcie, skóra i włosy będą wspaniale wyglądały. Polecany jest wszystkim dbającym o wygląd, oraz osobom o osłabionych włosach, kłopotach z cerą i łamiących się paznokciach.

Bezpłatna infolinia: 0 800 476 510

[www.pharmanord.pl](http://www.pharmanord.pl)