



IZPADANJE LAS

Breda Bešvir

1. Zakaj pride do prekomernega izpadanja las?

Trajna izguba las

Skoraj pri vsakem moškem se pojavi bolj ali manj izražena plešavost glede na dedno zasnovo. Običajno se prične po dvajsetem ali tridesetem letu. Do starosti 60 let ima večina moških bolj redke lase ali plešo.

Pri ženskah so vedno vzrok moški spolni (androgeni) hormoni, ki se sintetizirajo in izločajo predvsem v testisu, manj pa tudi v skorji nadledvične žleze in v jajčniku, zato je redčenje las bolj opazno po menopavzi.

Začasna izguba las

Povečano izpadanje las povzročajo predvsem: neustrezna prehrana, hormonske motnje, nekatere oblike zdravljenja (obsevanje, kemoterapija, določene vrste zdravil), nalezljive bolezni, stres in porod, kemične snovi za oblikovanje pričesk in hitra izguba telesne mase.

Puljenje las (trihotilomanija)

Puljenje se pogosto pojavlja pri otrocih, vendar lahko ta navada traja vse življenje. Včasih vzroka dolgo ne prepoznamo in starši mislijo, da izpadanje las povzroča kakšna telesna bolezen. Biopsija pogosto pomaga odkriti pravo diagnozo.

Krožna plešavost (alopecia areata)

Krožna plešavost je zelo pogosta bolezen, prizadene enega od stotih ljudi, predvsem najstnike in mlajše odrasle. Pojavi se okrogla pleša, velika kot kovanec. Možni vzroki so kronična vnetja (zobni granulomi, kronično vneti mandeljni), duševni pretresi, pomanjkanje cinka. Lasni mešiček ni trajno okvarjen, v večini primerov lasje spet zrastejo čez nekaj mesecev.

Brazgotinska plešavost

Brazgotinska plešavost je izguba las na zabrazgotinjenih predelih kože (po opeklinah, hudih poškodbah ali obsevanju).

2. Kdaj in kako si lahko pomagata sami?

Ko je vzrok izgube las nepravilna prehrana ali nezdrav način življenja, si lahko pomagamo sami. Živila, ki jih uporabljamo za prehrano, naj vsebujejo ustrezne količine bakra, cinka in beljakovin, piti je potrebno dovolj vode. Po napornem delu poskrbimo tudi za ustrezno sprostitev in razgibanje.



3. Kdaj morate k zdravniku?

Takrat, ko nastopi izguba las nenadno, ko jo spremljajo druga znamenja bolezni (na primer povišana telesna temperatura, izguba ali porast telesne mase, slabo počutje, utrujenost, zaprtje, driska ...) ali pojav ne ustreza vzorcu izgube las, ki je značilen za spol in starost.

4. Katere ukrepe zdravnika lahko pričakujete?

Zdravnik družinske medicine bo poskušal odkriti vzroke izpadanja las z natančnim pogovorom, s kliničnim pregledom in z osnovnim laboratorijskim pregledom krvi. Po svoji strokovni oceni lahko napoti bolnika k zdravniku za kožne bolezni ali k drugim specialistom.

Dermatolog lahko opravi preiskavo las z mikroskopom in oceni delež las v različnih fazah lasnega ciklusa (trihogram).

5. Katere so najpogostejše diagnoze ob prekomernem izpadanju las?

V nosečnosti, s staranjem, pri moteni prehrani (podhranjenosti) in po jemanju nekaterih zdravil (določenih antibiotikov, kemoterapiji) nas izguba las ne preseneča. Bolezni, ki najbolj pogosto povzročajo izgubo ali izpadanje las, so: slabokrvnost, nizka raven hormonov ščitnice, kronične bakterijske in glivične okužbe, sistemske bolezni veziva (eritematozni lupus), tuberkuloza, sifilis in včasih nekatere vrste raka. V večini teh primerov je izguba las začasna, predvsem, če uspemo najti vzrok in ga uspešno ozdravimo.

6. Kateri so načini zdravljenja?

Večine vrst plešavosti ni mogoče ozdraviti. Nekaterim osebam lahko rast las spodbudijo določena zdravila za lokalno ali sistemsko uporabo. Pri moški in ženski plešavosti je možna presaditev, pri kateri prenesejo v lasišče lasne mešičke z drugih delov telesa.

7. Kako poteka spremljanje osebe, ki ji prekomerno izpadajo lasje?

Pri nenadni ali neobičajni izgubi las poskušamo odkriti vzrok in ga ozdraviti ali odstraniti, zato je pogostost obiskov bolnika v ambulanti družinske medicine odvisna od resnosti morebitne osnovne bolezni.

Na pričakovano izgubo las se lahko pripravimo. Rakavim bolnikom pred kemoterapijo ali obsevanjem svetujemo, da lahko s hladnimi obkladki pred terapijo zmanjšajo izgubo las. Imajo tudi pravico do lasulje na naročilnico, plačilo krije Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije.

8. Ali in kako lahko prekomerno izpadanje las preprečite?

Če ste podedovali nagnjenost k moškemu ali ženskemu tipu izgube las, ni veliko možnosti za preprečitev pojava. Predlogi za zdravljenje lahko upočasnijo, ne morejo pa zavreti izpadanja las.