

العناية بالشعر Hair Care



biolab
مختبر بيولاب الطبي



العناية بالشعر

على الرغم انه يقال * الجمال في عين الناظر * الا أن هناك الكثير من الصفات التي تجعل من الرجل و المرأة أكثر جاذبية . هذه الصفات عادة ما تندرج في واحدة من هذه الفئات .

- مؤشر الى الصحة الجيدة
- مؤشر الى القدرة الانجابية
- شعر سميك براق

العناية بالشعر

الشعر و بصلة الشعر يمثلان النظام الأعقد و الأكثر أهمية في جسم الانسان .

دورة الشعر

في المتوسط يكون هناك ٥ ملايين شعرة عند الشخص الطبيعي . يستغرق حوالي أربعة أشهر للشعر الصحي لينمو بوصة واحدة معظم الشعر ينمو لمدة تصل الى ست سنوات ثم يسقط . و ينمو شعر جديد مكانه .



مشاكل الشعر

تساقط الشعر ، كما يعرف بالصلع

تعتقد أن تساقط الشعر أو تخفيف الشعر مسألة متعلقة بالرجال فقط ، على نقيض فإن المرأة أيضاً يمكن أن تفقد شعرها و لكن عادة لتتسر كل شعرها .

لورثة هي أحد العوامل الأساسية في فقدان الشعر ، و توجد عوامل أخرى تسرع من هذه العملية ،

- الحمل
- انقطاع الطمث
- تلوين الشعر الدائم والعمليات الكيميائية
- فقدان الوزن
- الاجهاد
- وجود شظيرات في فروة الرأس
- فقر الدم
- خلل في الغدة الدرقية
- مشاكل في الجهاز العصبي
- بعض الأدوية



أمراض الشعر

يصرح أطباء الأمراض الجلدية على أن الأرجح هناك ٢٠ نوع من أمراض فقدان الشعر. لكن أربعة أنواع فقط تمثل 9٥ ٪ من أسباب فقدان الشعر:

- ١- الصلع
- ٢- تساقط الشعر المفاجيء وبكميات مجزرة
- ٣- الاستخدام المفرط للمواد الكيماوية
- ٤- بناء الثعلبية

HAIR LOSS STAGES



تشخيص مشكلة فقدان الشعر/الأمراض

التفسير	الطريقة
أسئلة عن أسلوب الحياة و تاريخ العائلة	1- تاريخ المرض
امسك ما يعادل 5-10 شعرة و شدّها . إذا سقط ما يعادل 5-10 شعرة و أكثر من ذلك يحتاج المريض مراجعة الطبيب (عد الشعر الذي يُسحب بتقووت ولفاً لأخر مرة ثم غسل الشعر فيها و كم مرة يتم تنشيط الشعر فيها)	2- اختبار سحب الشعر
لثف ما يقارب 5-10 شعرة و اجراء الفحوصات المخبرية الضرورية (تتم في عيادات الجلدية)	3- اختبار لثف الشعر
يتم عن طريق اجراءات محددة للفحص (تتم في عيادات الجلدية)	4- خزعة من فروة الرأس



المحافظة على الشعر

أي نوع من الشعر . هناك إجراءات ابد من القيام بها للمساعدة على التقليل من سوء الشعر في أيام معينة .

١- قص الشعر المنتظم.

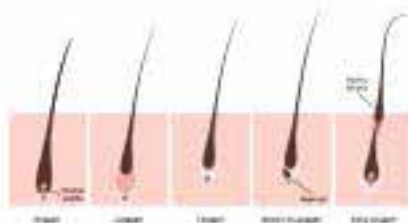
٢- التغييرات الموسمية.

اعتماداً على الموسم . حيث أن الشعر له احتياجات مختلفة مثل الزيوت المرطبة في فصل الصيف لتجنب الجفاف و زياد مضاد لتجرب الشعر في الشتاء .

٣- استخدام منتجات ذات نوعية جيدة .
و يعني اختيار المنتج المناسب لنوع الشعر واستخدامه بشكل صحيح .

٤- العمل من الداخل الي الخارج .
أنه ما يدخل الجسم من غذاء يتعكس مباشرة على الخارج . فمن الضروري اتباع حمية غذائية متوازنة وصحية .

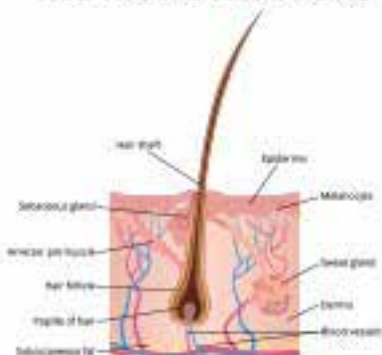
THE HAIR GROWTH CYCLE



فحوصات طبية يوصي بها

- زراعة الفطريات (إذا تم طلب ذلك من الطبيب)
- فحص Transferrin
- فحص تعداد خلايا الدم (CBC)
- فحص مخزون الحديد (Ferritin)
- فحص فيتامين ب 12
- فحوصات الغدة الدرقية (TSH ,FT3 ,FT4)
- فحص حمض الفوليك (Folate)
- فحص الزنك (Zinc)

THE HAIR STRUCTURE



أخطاء شائعة

1- ضعف في الدورة الدموية لا يؤدي إلى فقدان الشعر . حيث التدليك لا يحل من المشكلة .

2- الشامبو لا يسرع من حدوث الصلع

3- طول الشعر لا يضع ضغط على الجذور

4- لا يورث الصلع من أقارب الأم الذكور فقط و في الواقع الصلع يأتي من أي من الجانبين أو من كلاهما . و عند النظر إلى الأسرة يمكن أن تخمن الشكل الذي ستكون عليه في المستقبل .



الدوار الخامس

- ١٣ شارع خليل مزعل (مجمع حنايا الطبي)
- ١٣ شارع سليمان الحديدي (عمارة جيعان)
- ١٥ شارع سليمان الحديدي (عيادات عيدون)
- ٢ شارع سليمان الحديدي (مجمع أيوب الطبي)

جبل عمان

- ٥٢ شارع ابن زيدون (مجمع القريني الطبي)
- ١٢ شارع ابن خلدون (مركز الياسمين الطبي)
- ٣٩ شارع أبو فراس الحمداني (مستشفى عبدالعاجي)

بيادر وادي العسير

- ١٦ شارع حسني صوير (مجمع الجندوبيل الطبي)

خلدا - تلح العلي

- ٤٨ شارع وصفي التل (مجمع جريسات)
- ٣٨ شارع وصفي التل
- سيتي مول - طبق (P)

حي الياسمين

- ٣٣ شارع جبل عروقات (مجمع النور الطبي)

مرج الحمام

- شارع الأمير عاصم بن ثابت (دوار البريدي)

الجبيلة

- ٣ شارع باجور. بجانب البنك الإسلامي الأردني

الشميساني

- ٤ شارع خليل بن اسحق
- مقابل طوارق المستشفى التخصصي

الفحيص

- شارع الأمير علي بن الحسين
- (مجمع الفحيص بارك)

إربد

- بجانب مجمع سفريات عمان (صيداوي سنتر)



+962 6 5907000



www.biolab.jo



ps@biolab.jo

5th Circle

- 13 Khalil Mazaal St., Hanania Medical Center
- 13 Suleiman Hadidi St., Jumean Building
- 15 Suleiman Hadidi St., Abdoun Clinica
- 20 Suleiman Hadidi St., Ayoub Medical Center

4th Circle

- 52 Ibn Khaldoun St., Quraini Medical Center
- 12 Ibn Khaldoun St., Yasmeen Medical Center
- 31 Abu Firas Al Hamadani St., Abdulhadi Hospital

Bayader Wadi El Seer

- 16 Hosni Sober St., Jandweel Complex

Khalda - Tla' Al Ali

- 48 Wafiq Al-Tal St., Jerebat Complex
- 238 Wafiq Al-Tal St.,
- City Mall - Floor (P1)

Raj Al Yasmin

- 93 Jabal Arafat St., Naor Commercial Building

Marj Al Hamam

- Prince Asem Bin Nayef St., Bardini Circle

Jubaiba

- 63 Yaqoz St., Next to Jordan Islamic Bank

Shmeisani

- 4 Hungayn Ibn Ishaq St., Near Specialty Hospital

Fuhais

- Prince Ali Bin Al Hussein St., Kaiser Plaza Complex

Irbid

- Next to Amman Transportation Complex, Sidawi Center

Hair Myths

1. Poor circulation does not cause hair loss, massaging does not stop it.
2. Shampooing does not accelerate balding.
3. Longer hair does not put a strain on the roots.
4. You do not inherit baldness from your mother's male relatives only. Actually baldness can come from either side of the family. Looking at your family members can give you at best an educated guess about how you will turn out.



Recommended Medical Tests

- Fungal culture (if requested by a physician)
- Transferrin Test
- Complete Blood Count (CBC)
- Ferritin
- Vitamin B12
- Thyroid Stimulating Hormone (TSH)
- Free T3
- Free T4
- Folate
- Zinc

THE HAIR STRUCTURE



Hair Maintenance

For any hair type, there are a few "must do" that need to be done to help minimize those bad hair days.

1. Regular haircuts.

2. Seasonal changes.

Depending on what season it is, your hair has different needs, example; moisturizing oils in summer to avoid dryness and anti-static sprays in winter to avoid split ends.

3. Using quality products.

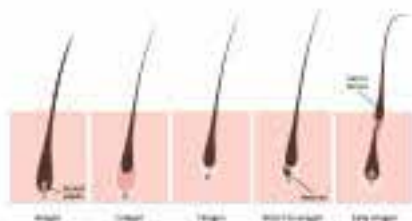
It means choosing the proper products for your hair type and using it properly.

4. Working from the inside-out.

Because what we put into our bodies directly reflects what we look like on the outside; we need to

really consider this fact in our diet plan.

THE HAIR GROWTH CYCLE



Diagnosis Of Hair Loss Problems/Diseases

Method	Explanation
1- History of patients	Questions about lifestyle and family history
2- Hair pull test	Hold what is equivalent of 50 hairs and pull, 5 - 15 hairs that come out at a time is considered normal. More than that requires consulting a doctor. (The number of hairs pulled varies according to the last time the hair was washed and how often the hair is brushed)
3- Hair pluck test	Pluck what is equivalent to 50 hairs and run necessary tests .(Done at the dermatologist clinic)
4- Scalp biopsy	Specific procedure for testing .(Done at the dermatologist clinic)



Hair Disease

Clinical dermatologists are likely to come across about 20 types of hair loss diseases throughout their careers.

Of these, just four will account for 95% of the presentations of hair loss;

1. Pattern baldness
2. Telogen effluvium (massive hair loss brought about by stress)
3. Chemical over processing
4. Alopecia areata



Hair Problems

Hair Loss: also known as Alopecia

Generally hair loss or thinning is believed to be a men's issue only. However, all women experience some degree of hair loss or thinning. Contrarily to what happens to men though, hair loss in women typically does not result in complete baldness. While inherent genetic coding is decidedly a factor in hair loss; other factors exist that accelerate the process:

- Pregnancy
- Menopause
- Hair color, permanents and chemical processing
- Weight loss
- Stress
- Fungal infections of the scalp
- Anemia

- Thyroid dysfunction
- Gastrointestinal problems
- Medication



Hair care

Although it is said that "beauty is in the eye of the beholder" there are many qualities which make men and women attractive. These qualities usually fit into one of these categories:

- Indicators of general good health.
- Indicators of reproductive fitness.
- Thick, "lustrous" hair.

Hair care

A hair and its follicle make up one of the most complex and interesting systems in the body.

Hair cycle

An average person has 5 million hairs .It takes about four months for healthy hair to grow inch .Most hairs grow for up to six years and then fallout .New hairs grow in their place.



العناية بالشعر Hair Care



biolab
مختبر بيولاب الطبي

