Автор: Administrator
17.08.2010 09:59 - Обновлено 17.08.2010 10:09

Появление седых волос чаще всего связывают с возрастными изменениями. Однако не всегда седина – предвестница заката жизни. Иногда даже молодые люди, которые ещё не задумываются о старости, с удивлением обнаруживают у себя седой волос, а порой и не один. Попробуем разобраться, в чем же причина раннего поседения и можно ли с этим как-то бороться.

Время естественного появления седины заложено генетически и в биологическом смысле считается признаком и прямым следствием старения организма. Известно, что у европейцев седые волосы появляются в 34 года (+_10 лет), у азиатов — в 30-34 года, у негроидной расы — в 43 года. Хотя у темноволосых людей визуально поседение более очевидно, у блондинов оно начинается обычно раньше. Борода и усы седеют раньше, чем волосы на голове и теле. У женщин белые пряди обычно появляются на висках и чёлке, а затем уже на темени и затылке. При этом считается, что мужчины седеют гораздо раньше женщин.

«Технология поседения», с научной точки зрения, такова: за цвет наших волос отвечает пигмент меланин, вырабатываемый специальными клетками, меланоцитами, расположенными в луковицах волос. По соседству с меланоцитами располагаются клетки кераноциты, синтезирующие белок, из которого «строятся» волосы. На определенной стадии, под действием фермента тирозиназы, пигмент соединяется с белком и волос обретает цвет. Появление седых волос связано со снижением или полным прекращением выработки тирозиназы.

Причины появления ранней седины

Откуда берутся седые волосы у молодых мужчин и женщин? Всё очень индивидуально. В большинстве случаев можно говорить о наследственности. Если среди близких родственников человека, который рано начал замечать у себя седые волосы, есть кто-то с такой же проблемой, то ответ на этот вопрос лежит на поверхности. Если же таких родственников нет, причина может быть в чём угодно.

Часто седые волосы появляются вследствие серьёзного стресса, когда человек переживает настоящее горе (тот случай, когда говорят: «за ночь поседел»). Такое случается редко и бывает далеко не у всех.

Ранняя седина также может свидетельствовать о неправильной работе некоторых органов человека. К примеру, седые волосы могут появиться из-за запущенного гастрита, проблем в работе щитовидной железы, неправильного питания, серьёзных нарушений в работе печени, сбоя обменных процессов, гормональных изменений.

Профилактика

Если говорить о профилактике ранней седины, то можно брать во внимание лишь те случаи, когда она не является следствием генетических особенностей человека. Если наследственность ваша такова, что седые волосы неминуемо появляются до 30 лет у большинства членов семьи, то никакая профилактика не поможет.

Если же наследственность благоприятная, есть только один способ избежать ранней седины – тщательно заботиться о своем здоровье. Недопустимы сильные стрессы, жёсткие диеты без консультаций врача, отказ от лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта, печени, щитовидной железы. Если есть подобные заболевания, следует посетить терапевта и трихолога. Терапевт назначит полное обследование организма, а трихолог изучит волосы – таким образом, вы сможете получить исчерпывающий ответ на вопрос, почему вы так рано седеете.

Появление ранней седины может говорить о нехватке организму витаминов B3 и B10. Арахис, печень, рыба, рис, яичный желток, говядина и пивные дрожжи могут помочь восполнить их дефицит.

Сбалансированное питание, своевременное лечение и регулярные осмотры у врача - это всё, что может предложить современная медицина в качестве профилактики ранней седины.

Правила маскировки

Ранняя седина не означает, что человек утратит свой естественный цвет волос полностью. Как правило, речь идёт о нескольких седых волосках или прядках. Часто они появляются у висков. Людям со светлым цветом волос можно оставить всё так, как есть, потому что незначительное количество седых волос не будет заметным. Жгучим брюнетам немного сложнее - светлые волосы бросаются в глаза, так как контрастируют с натуральным оттенком волос. Правда, бытует мнение, что седина только украшает мужчину, поэтому молодым людям вряд ли имеет смысл раньше времени думать об окрашивании. Женщинам же седина не всегда на руку, но для решения этой проблемы существует масса стойких окрашивающих средств, которые позволяют закрасить до 100 процентов седины, не говоря уж о нескольких седых волосках. Однако стоит учесть, что окрашивание седины все-таки требует профессионального подхода.

Несмотря на то, что многие бытовые красители (в обилии представленные на прилавках магазинов) обещают стопроцентное закрашивание седины, в некоторых случаях белые волоски все равно могут бликовать или казаться бледнее на фоне остальных окрашенных волос. Особенно это может быть в случае так называемой стекловидной седины, когда волос жесткий, более плотный и тяжело закрашивается. В этом случае окрашивание седых волос лучше проводить в салоне.

Поскольку происхождение седых волос вызвано отсутствие цветовых пигментов, важно насытить волосы натуральным пигментом наряду с выбранным оттенком. Поэтому при окрашивании волос всегда смешивают краситель, близкий к натуральному тону волос, и желаемый оттенок. Пропорции смешивания и принцип нанесения уже подбирает специалист, исходя из процентного количества седины и ее типа.

Стоит также учесть, что при окрашивании седых волос в очень светлые оттенки не рекомендуется выбирать оттенки в палитрах красителей выше восьмого ряда (блондин, близкий к светло-русому). В красках более светлого ряда будет недостаточно пигментов для закрашивания седины, и она будет бликовать. Если же все-таки хочется стать платиновой блондинкой, то для выравнивания цвета, необходимо будет провести предварительное осветление волос, а потом их тонировать. Исключение может быть в том случае, если ваши волосы от природы достаточно светлые и тонкие, тогда при окрашивании в грамотно подобранный оттенок седина может быть практически незаметна

На тронутых сединой светлых волосах можно также сделать мелирование. Оно скроет появляющуюся седину и будет менее травматичным для волос и кожи головы.

Ранняя седина - это проблема, с которой сталкиваются многие молодые люди. Не стоит воспринимать её, как первый признак старости. Небольшая седина - это всего лишь каприз природы, который легко скрыть.

http://www.fontanka.ru/2010/07/30/072/