سقوط الشعر

للدكتور عبده رزق
طبيب مستشفى الميناء في الفاو بالعراق

الشعر اعضاء خيطية الشكل بارزة من طبقة الجلد الخارجية ومثبتة في اكياس او حفر صغيرة كائنة في أعمق جزء من الجلد ، وبعبارة أخرى في ادمة الجلد . وتقسم الشعرة من الناحية التشريحية الى ثلاثة اقسام وهي من أعلى الى أسفل : الساق والجذر والبصيلة. وتمتاز أدمة الجلد باحتوائها على حليات الشعر وغدد العرق وأعصاب وأوعية دموية وعضلات وغدد دهنية . وعلى نشاط هذه العدد في افرازها يتوقف لمان ونضارة الشعر . بينما البشرة ، وهي الطبقة الظاهرة من الجلد ، لا تحتوي على شيء من هذا كله ، بل تقوم فقط مقام الغطاء للأدمة

ويوجد على جسم الانسان ثلاثة انواع من الشعر : شعر طويل ليّن : وهو شعر الرأس والعارضين (شعر اللحية) وكذا شعر الصدر احياناً ، وشعر قصير صلب : وهو شعر الحواجب والأهداب والأنف والأذن الخارجية ، وشعر لين زغبي : ويوجد على جميع سطح الجسم ماعدا الشفتين وراحة اليدين وأخمص القدمين والوجه الظاهر لفاصل اصابع اليدين والقدمين وبعض اعضاء أخرى

والفروق الجوهرية بين هذه الانواع هي ان شعر الرأس ينبت من جلده بزاوية مائلة. أما شعر الاهداب (الرموش) فينبت عمودياً تقريباً . ثم اننا نجد في شعر الرأس عضلات دقيقة جداً ليس للانسان اي سيطرة عليها اي انهُ لا يمكنهُ تحريكها بمحض ارادته، لكنها اذا انقبضت بسبب الخوف او الذعر الذي ينتابهُ احياناً ، أحدثت عنده انتصاباً في شعر الرأس، فيقال في هذه الحالة ان فلاناً (وقف شعر رأسه) . !

واذا ما اردنا ان نفحص مجهرياً القطع العرضي لشعرة ما نلاحظ انها مؤلفة من خلايا يشكل ثلاث طبقات دائرية ، والطبقة الوسطى من هذه الخلايا تحتوي على مقادير من حبيبات البكنت Pigments التي تعطي للشعر لونهُ . والبكنت هذا يختلف تبعاً لاختلاف الجنس

(سلبلة) فاذا خلا الجلد منهُ بالكلية غدا لون هذا الجلد ناصع البياض، وكلما كثر ازداد لون الشعر سواداً ومال الى الأسود الفاحم وهو يزيد شيباً فشيباً تحت تأثير الشيخوخة او في الاصابة ببعض الامراض : ذلك هو السبب في حدوث الشيب عند الانسان . وقد لوحظ ان جلود الزنوج تحتوي على كميات من البكتريا اكثر مما تحتويه جلود الاجناس البيضاء

والقاعدة المعروفة هي أن الشعر يتبدل لونهُ بتقدم السن، غير ان لهذه القاعدة بعض الشذوذ. فكثير من الناس كما لا يخفى نراهم يبلغون العقد السابع او الثامن من العمر والقسم الاكبر من شعرهم لا يزال محتفظاً بلونهِ الأصلي دون ان يطرأ عليهِ تغير يُذكر . وبالعكس نجد اشخاصاً آخرين يتغير لون شعر رؤوسهم ، كله او جزء منهُ ، وهم لا يزالون في سن الثلاثين ، بل في سن العشرين أحياناً وهذه الظاهرة ليست خاصة بالانسان وحده بل أنها تشاهد ايضاً في بعض الحيوانات كالكلاب والقطط والاحصنة وغيرها اذا ذُعرت. ومما يروى في هذا الصدد ان خنزيراً هائج ديكاً فكاد ان يفترسهُ لولم ينج هذا بأعجوبة ، فتبدل اذ ذاك لون ريش الديك في رأسه وعنقه من احمر واسود الى ابيض ناصع بسبب الذعر الشديد الذي اصابه . وان شحروراً فوجيء يوماً في قفصه بهرٍّ وثب عليهِ فتوصلوا في الوقت اللازم لانقاذه من مخالب هذا الحيوان. لكن ريش الطير سقط في الأيام التالية على أثر هذه الحادثة . ولما نبت الشعر الجديد كان كلهُ أبيض ناصعاً. وقد لوحظ ان تبدل لون الشعر عند الانسان يحصل أحياناً خلال بضعة أيام او خلال بضع ساعات تحت تأثير الصدمات العصبية والانفعالات النفسية الشديدة التي تتولد عن الخوف والفزع أيضاً ، وما حادثة الملكة ماري انطوانيت التي تغير لون شعر رأسها جزعاً بين عشية وضحاها عندما عرفت ما سيحلُّ بها من القصاص الرهيب وهي أمام المقصلة ببعيدة عن أذهان القرَّاء . وهكذا قلَّ عن رئيس الديوان الملكي توماس موروس في عهد ملك انكلترا هنري الثامن ذاك الذي حكم عليه أيضاً بالاعدام بالمقصلة فتبدل لون شعر رأسه من اسود الى أبيض في الليلة السابقة لاعدامه

ومتوسط عدد شعر الانسان البالغ يبلغ ١٢٠٫٠٠٠ شعرة عند ذوي الشعر الاسود ، و ١٤٠٫٠٠٠ شعرة في رأس الشقر

أما مقدار شعر الجسم والوجه فيختلف باختلاف السلالة . ويجب ألاَّ ننسى ان الوراثة ولنشاط الغدد ذات الافراز الداخلي يلعبان في ذلك دوراً هامًّا

***

﴿ كيف يسقط الشعر ؟ ﴾ : لشعر الانسان دور معين وواضح جدًّا . فهو ينمو لحين من الزمن ويبقى على طول محدود ثم يسقط ليحل مكانه شعر جديد . وهذا يصل بدوره الى حدّ

معين ثم يسقط كالأول . وهكذا تتكرر هذه العملية في الحياة ، والطبيعة تجتهد ان تملأ الفراغ المتروك بالشعر الساقط . أما حياة الشعرة نفسها فتختلف من ٢ — ٤ سنوات ، ويلاحظ ان الشعر يتساقط باستمرار من قروة الرأس عندما يصل الى نهاية دوره ليشغل موضعه شعر جديد ، وفي الحالات العادية ، اذا كان التوازن موجوداً بين حالتين انظاهرتين : أي سقوط الشعر القديم من جهة ، وبروز الشعر الجديد من جهة أخرى — فشعر الانسان يبقى محتفظاً مقداراً واحداً مدة طويلة دون أن يفقد منهُ شيء يذكر . لكن يحدث أحياناً ان يكون سقوط الشعر غزيراً من رأس البعض ، او ان لا يشو ثانية في رؤوس الآخرين لسبب مرضي ، ففي هذه الحالة يختل التوازن المشار اليه ويبتدىء الشعر الجديد يقل عن الشعر القديم تدريجاً ويحل الصلع قبل الأوان أي في سن الأربعين او الخمسين تقريباً بدلاً من سن الستين كما هي الحال عادةً . فجهل الكثيرين للعوامل المؤدية إلى هذه الحالة ، واعتقادهم بالمعجزات ، يغريانهم باستعمال كل مستحضر يقرأون او يسمعون عنه مما يباع عادة في الأسواق — تلك التي يقال عنها إنها تعيد نمو الشعر — تداركاً للامر قبل استفحاله

غير ان الصلع كثيراً ما يبتدىء عند بعضهم كما قلنا في سن الثلاثين او أقل من ذلك وهذه الحالة من شأنها ان تسبب للشبان الحزن والغم والانقباض ، كأن هذا الصلع الباكر شيء مخيف يطاردهم أنى حلّوا وحيثما ذهبوا . والأماكن التي يختفي منها شعر الرأس أولاً هي كما هو معلوم القسم الأعلى من الجبهة ثم قمة الرأس فجانباه ، وكلما فقد الانسان من شعر هامته في هذه المواضع كلما ازدادت سرعة نموّ الشعر في مؤخر الرأس وجانبيه كأن الطبيعة تعاقض بعضها بعضاً من هذه الناحية

أما عند النساء فحلول الصلع أيضاً لا يختلف عما هو عند الرجال مع اختلاف جزئي فقط ، فهو يبتدئ بنفس السن كما هو عند الرجال لكن سقوط الشعر عندهن يحدث في النصف الأمامي من قروة الرأس دون القمة ، والشعر يخف شيئاً فشيئاً لكنهُ لا يترك بوجهٍ عام مكاناً عارياً تماماً كما هو المشاهد عادةً عند الرجال

***

﴿ أسباب سقوط الشعر المبكر ﴾ : للوراثة كما قلنا تأثير كبير في هذه الناحية . ففي بعض العائلات يبتدىء الصلع عند الرجال في سن الثلاثين . والواقع أن الطب لا يعرف للآن سبباً في سقوط الشعر المبكر في بعض الحالات . انما نعرف أن جميع الأشخاص المصابين بالصلع المبكر يكون شعرهم كثير الدهن قبل سن العشرين وتتساقط منهُ قشور رقيقة بكثرة ، ثم تنقطع هذه القشور عن السقوط لالتصاقها بالجلد بسبب ازدياد المادة الدهنية فيه والتي تغطي قروة الرأس بطبقة ثخينة

كثيرة . واذا حاولنا أن نزيل تلك المادة الدهنية عن الجلد بغسل الرأس أولاً بالماء الفاتر والصابون ثم بالبنزين أو الكحول بدرجة ٧٠ ٪ فالشعر يقل سقوطه ويكون الجلد لا يلبث ان يعود دهنيًّا كما كان

وقد يكون سقوط الشعر المبكر نتيجة ضعف البنية الطبيعي أو من الاصابة ببعض الأمراض الحادة كالحمّى التيفية والحمّى القرمزية والنمونيا والحمرة ، أو مزمنة كالزهري أو السل الرئوي . وكذلك من بعض الأمراض الموضعية كالقرع والاكزيما والحزازة ودمامل فروة الرأس والدمّل والغوبة التي تؤدي الى نفس النتيجة

***

﴿ ما الذي يجب عمله منعاً لسقوط الشعر المبكر ؟ ﴾ : قبل كل شيء يجب أن نقول انهُ لا يمكن شفاء الصلع واعادة نمو الشعر الى حالته الأصلية . فالنجاح الذي حصل باتباع بعض العلاجات يُعزى الى حالات من الصلع الخاص كسقوط الشعر الذي يعقب الحميات كالحمى التيفية مثلاً او الحمى القرمزية . فكل ما يمكن عملهُ من هذه الناحية هو توقيف السقوط وتأخير سير المرض الى بضع سنين غير ان طريقة الوصول الى هذه النتيجة تختلف فيما اذا كان المصاب رجلاً أو امرأة

﴿عند الرجل﴾ : لا بدَّ في هذه الحالة من الاعتناء بنظافة الشعر يوميًّا واستعمال الوسائط المزيلة للمادة الدهنية الزائدة الموجودة على فروة الرأس وأيسر شيء لذلك هو غسل الشعر بالماء الفاتر والصابون . وأفضل صابون لهذه الغاية هو صابون بياما . وبعد الانتهاء من هذه العملية يغسل الرأس جيداً لازالة ما قد يبقى فيه من الصابون ثم يجفَّف ويُفرك بمنشفة خشنة الى أن يحمرّ الجلد . ولا خوف من سقوط بعض الشعر بعد هذا الغسل لان هذا الشعر يكون ميتاً ولاصقاً بالجلد . فباستعمال هذه الطريقة لا يلبث ان يخف سقوط الشعر في الايام التالية بصورة جلية وأكيدة

وبعد ذلك يُفرك الرأس جيداً بالكحول الاثيري او غيره من المستحضرات المفيدة والمعروفة بأنها تساعد على نمو الشعر

وفي حالة وجود قشور كثيرة جافة أو دهنية على الرأس ، يستعمل المصابُ عند الماء مرتين او ثلاث مرات اسبوعيًّا ، مستحضراً من زيت الكاد والكبريت حسب التركيب التالي ، وعند الصباح يُفرك الرأس بالكحول الاثيري

زيت الكاد	٤ غرامات
كبريت مرسب	١ غرام
فازيلين ولانولين (من كل واحد)	١٢ غراماً

ويمكن ايضاً ازالة القشور الجافة بغسل الشعر مرتين في الاسبوع بصابون القطران التي نُعم غسله بعد ذلك بالماء الصافي .

واذا كان سقوط الشعر نتيجة ضعف البنية تستعمل الملاجات المقوية التي يصفها الطبيب وغسل الرأس صباح كل يوم بالماء البارد وفركهُ بمنشفة خشنة حتى يحمر الجلد ويستعمل دهان الكابتال Capitale بالفرشاة ، أو دهان زيت البندق والكينا المجهز Huile de noisettes au quinquina

﴿ عند المرأة ﴾ : العلاج هو نفسهُ غير أن استعماله أصعب مما عند الرجل نظراً لطول الشعر عندهنَّ . وعلى كلٍّ يقص طرف الشعر عن الرأس كله ثم يفصل الشعر الطويل ويقص طرف القصير الضعيف منهُ مرة كل عشرة أيام ، ثم يفرك جلد فروة الرأس غالباً بالكحول الاثيري بقطعة لطن والافضل بفرشاة أسنان بعد فرق خصل الشعر بالمشط على بعد سنتمترين الواحدة عن الأخرى . أما من جهة غسل الرأس بالماء والصابون فلا يلجأ اليهِ عندهنَّ الاَّ مرة واحدة كل ١٠ أو ١٥ يوماً ، ويجفف الشعر بمنشفة خشنة بعد هذا الغسل ويفرش على اليدين ويعمل لهُ (دوش) هواء حار بواسطة المشعَّة Radiateur ، أو يكوى بالمكواة لتجفيفهِ بعد فرشه بين طيات المنشفة

***

بقيت كلمة أخرى حول تمشيط الشعر منعاً لسقوطهِ

قلنا إن جلد فروة الرأس الذي ينبت فيهِ الشعر لا يتحرك . نعم أنهُ توجد عضلات تحت الجلد لكنها لا تقوم في الواقع بعمل ما وليس للانسان أي سيطرة كانت عليها . فالدورة الدموية تكون اذ ذاك بطيئة جداً في هذه المنطقة وبسبب ذلك لا يتغذى الجلد تغذية كافية فيفقد حينئذٍ ما فيهِ من الشعر بكميات متفاوتة مع الزمن . والسبب الذي لاجله تكون النساء أقل تعرضاً بكثير للصلع من الرجال هو لأنهنَّ يمشطنَّ ويحافظنَّ دائماً على شعرهنَّ من تمشيط وتنظيف بالفرشاة واستعمال بعض المستحضرات المعروفة المقوية للشعر وهذه كلها بلا ريب ذات فائدة كبيرة لتنشيط الدورة الدموية في جلد الرأس وتغذية الشعر . وبما ان بصيلات هذا الشعر لم تكن قد ماتت وقت سقوطه فتمشيده وتدليكه في هذه الحالة مفيدان كثيراً . نعم ان مقداراً وافراً من الشعر يسقط في بدء استعمال هذه العملية لكن هذا يجب ان لا يقلق البال لاجله : فالتمشيط او التمشيد لا يسلان الاَّ بمل ازالة الشعر الميت الذي لا بدَّ من سقوطهِ في خلال الايام التالية ، مع تقوية الشعر السليم الصالح الباقي وتنشيطه في الوقت نفسه