

Ποιοι είναι οι λόγοι που ασπρίζουν τα μαλλιά μας;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Οι επιστήμονες αναφέρουν ότι το κάπνισμα, οι αρρώστιες αλλά και η λήψη ορισμένων φαρμάκων συμβάλλουν στην πρόκληση των γκρίζων και άσπρων μαλλιών.

Νέα μελέτη έδειξε ότι οι καπνιστές έχουν 4 φορές περισσότερες πιθανότητες να αποκτήσουν γκρίζα μαλλιά σε νεαρή ηλικία, με πιθανότερους λόγους ότι η νικοτίνη δυσκολεύει την κυκλοφορία του αίματος στους αδένες και ως εκ τούτου παράγεται λιγότερη μελανίνη.

Σύμφωνα με τους επιστήμονες, ορισμένες ασθένειες επιφέρουν πρόωρο άσπρισμα των μαλλιών, όπως είναι η αναιμία λόγω έλλειψης βιταμίνης B12, το σύνδρομο Werner καθώς και αυτοάνοσα νοσήματα.

Σύμφωνα με τους ειδικούς, η λήψη φαρμάκων όπως οι αμφεταμίνες και το λίθιο, προκαλούν μερική πτώση των μαλλιών, ή και γκριζάρισμα ενώ ακόμα και μερικά συμπληρώματα διατροφής με βιταμίνη E και ορισμένα βότανα όπως η echinacea, έχουν συσχετισθεί με την πρόωρη εμφάνιση γκρίζων μαλλιών.

Όπως λένε οι επιστήμονες, η διαδικασία μείωσης της μελανίνης στα μαλλιά μπορεί να αρχίσει πολύ νωρίς, ακόμη στην εφηβεία για κάποιους ανθρώπους. Βέβαια, υπάρχουν και γενετικοί παράγοντες που επηρεάζουν το πότε θα παρουσιαστούν οι πρώτες γκρίζες τρίχες.

Το πιο συνηθισμένο είναι η εμφάνιση γκρίζων τριχών μετά από την ηλικία των 30 ετών στους άνδρες και μετά τα 35 στις γυναίκες.

Υπάρχουν όμως και περιπτώσεις που το άτομο αρχίζει να γκριζάρουν εξαιρετικά νωρίς από την ηλικία των 20 ετών. Σημαντικό ρόλο παίζουν εθνικές διαφορές αλλά και εξωγενείς ή περιβαλλοντικοί παράγοντες.

Πηγή: skai.gr