

Dowiedz się więcej o... budowie włosa

- ✓ Włos powstaje w mieszkcu włosowym i rośnie tworząc długą łodygę. Na głowie człowieka znajduje się przeciętnie od **100 do 150 tysięcy** włosów.
- ✓ Włosy ludzkie nie rosną nieustannie. Cykle wzrostu są oddzielone okresami spoczynku.
- ✓ Wyróżnia się trzy podstawowe fazy wzrostu włosa: faza **anagenu** - intensywnego wzrostu, faza **katagenu** - przejściowa oraz faza **telogenu** - spoczynku.
- ✓ Większość włosów (**85-90%**) na głowie zdrowego człowieka znajduje się w fazie anagenu. Jest to faza, podczas której wewnątrz mieszkca włosowego, na skutek aktywnie dzielących się komórek korzenia, tworzy się silnie przytwierdzona do macierzy łodyga włosa. Szybkość wzrostu włosów wynosi ok. **1 cm na miesiąc**. Od długości fazy anagenu zależy długość włosów. Czas jej trwania waha się zazwyczaj **od 3 do 8 lat** i jest sprawą indywidualną.
- ✓ Po ukończonej fazie wzrostu następuje faza katagenu (stagnacji), związana z dramatycznymi zmianami morfologicznymi (mieszek zaczyna się kurczyć). Faza ta trwa zazwyczaj **od 2 do 6 tygodni**.
- ✓ Po tym okresie rozpoczyna się faza telogenu, prowadząca do wypadnięcia włosa. Towarzyszy temu zanik naczyń krwionośnych wokół cebulki i mieszkca włosowego. Faza ta trwa **od 2 do 5 miesięcy**. Po wypadnięciu włosa mieszek włosowy nie ulega uszkodzeniu, lecz ponownie wraca do fazy wzrostu i cykl się powtarza.
- ✓ W odróżnieniu od wielu ssaków, ludzkie włosy rosną niesynchronicznie. Włosy rosnące, odpoczywające i wypadające są rozmieszczone losowo. Na zdrowej głowie około **10% włosów** znajduje się w fazie spoczynku, dlatego wypadnięcie **ok. 100 włosów dziennie** jest czymś normalnym i zauważalnym jedynie podczas mycia czy czesania włosów. Niepokój powinno budzić zjawisko tracenia **więcej niż 100 włosów dziennie**.

O kampanii

Kampania „Moja REGENeracja” jest ogólnopolską kampanią edukacyjną, mającą na celu szerzenie wiedzy na temat prewencji w zakresie nadmiernego wypadania włosów, ochrony skóry i odpowiedniej profilaktyki zdrowotnej. Założeniem kampanii jest kompleksowe podejście do tematu, obejmujące kwestie medyczne, psychologiczne i estetyczne. Działania kampanii merytorycznie wspierają eksperci: dr Anita Tarajkowska - Olejnik, Anna Mackojć, Lidia Flis i Wojciech Stasiak. Organizatorem kampanii „Moja REGENeracja” jest Pharmena SA, producent dermokosmetyków linii Dermena.