

## دراسات حديثة تكشف سر الصلع المبكر لدى الذكور!



عادة ما يتم ربط تساقط الشعر بالتقدم في العمر، لكن أثبتت دراسات سابقة العكس، وأهم أسباب هذه المشكلة لدى الرجال وخاصة الأصغر سناً منهم، هو الإستهلاك المفرط للمشروبات المحلاة، وفق ما كشفت عنه أحدث الدراسات.

تظهر إحصاءات موقع Statista المخصص للإحصائيات العالمية أن تساقط الشعر بات يمثل مشكلة كبيرة للكثيرين في ألمانيا. ففي عام 2022، اشترى حوالي 1,88 مليون شخص في ألمانيا علاجات ضد تساقط الشعر. ويتوفر العديد من هذه المنتجات في صورة غسول للشعر بالكافيين ومكونات نشطة أخرى من الصيدليات أو من محلات السوبر ماركت.

تساقط الشعر ليس مرادفاً للشيوخوخة!

لكن عادة ما ينظر إلى تساقط الشعر على أنه علامة على التقدم في العمر و بداية الشيخوخة، كما هو الحال أيضاً مع ضعف البصر. لكن وفق ما أظهرت دراسات وإحصاءات سابقة حول ارتباط تساقط الشعر

بالعمر، يعاني حوالي 35 في المائة من البالغين من العمر 35 عاماً من تساقط الشعر. كما أن هذه المشكلة بدأت تزداد حتى عند الرجال في سن مبكرة.

مشكلة تساقط الشعر قد تكون لها أسباب مختلفة، ومن بينها الإجهاد ونقص الفيتامينات والمعادن أو قلة النوم. لكن وفق أحدث الدراسات، قد يكون استهلاك الصودا وغيرها من المشروبات المحلاة من بين تلك الأسباب أيضاً.

إذ فحصت الدراسة الحديثة التي شارك فيها خبراء من جامعة "تسينغهاوا" في الصين العلاقة بين استهلاك المشروبات المحلاة بالسكر ومشكلة تساقط الشعر لدى الرجال وبالأخص أولئك الذين يعانون من هذه المشكلة في سن مبكرة. نتائج "محفرة" للشباب

الدراسة التي نشرت نتائجها في المجلة العلمية "Nutrients"، ونقلها الموقع الطبي الألماني من 31 من 45 عاماً و18 ما بين أعمارهم تتراوح 1951 رجلاً فيها وشارك، تفاصيلها بكامل (Heilpraxis) مقاطعات مختلفة في الصين واستخدم الفريق خلالها استطلاعاً للرأي عبر الإنترنت من أجل جمع البيانات، أظهرت وجود علاقة بين تساقط الشعر عند الرجال والمشروبات المحلاة - على سبيل المثال الكولا ومشروبات الطاقة، وكذلك العصائر مثل عصير الليمون أو الشاي المحلي.

وأظهرت نتائج الدراسة أن الكميات الصغيرة من هذه المشروبات من شأنها ترك أثر سلبي على تساقط الشعر لدى الرجال. إذ أن الرجال الذين يستهلكون في المتوسط مشروباً واحداً من المشروبات المذكورة في اليوم هم أكثر عرضة بنسبة 30 في المائة إلى خطر تساقط الشعر. أما الشبان الذين تتراوح أعمارهم بين 13 و 27 عاماً فهم الأكثر تضرراً.

هذه الدراسة أظهرت أيضاً أن المشروبات المحلاة يمكن أن تكون لها آثار سلبية على الشعر والمظهر، ويأمل الخبراء أن تشجع نتائجها الشباب بشكل خاص على تقليل استهلاكهم من هذه المشروبات غير الصحية. وبهذه الطريقة يمكن أيضاً تجنب المخاطر الصحية الأخرى للإستهلاك المفرط للسكر، ومنها السمنة وتسوس الأسنان و مرض الكبد الدهني ومرض السكري.