

دنیای طاس ها

در روز جهانی طاس ها به سراغ یک متخصص کاشت مو رفتیم با چند کلینیک تخصصی این حوزه تماس گرفتیم قیمت های کاشت مو را درآوردیم ...

مهندس مرادیان | روزنامه نگار

پرونده

امروز روز جهانی کسانی است که عده ای برق سرشان را مبنی بر خوش شانسی و بر خی دیگر یک ضعف ظاهری می دانند . خود این افراد هم، بعضی هایشان کم مویی را بخشی از استایل خاص خودشان قلمداد می کنند و معتقدند خوش تیپ تر شدند و تعدادی هم از آن رنج می برند . انصافا کچل خوش تیپ کم نداریم، از منصور ضابطیان گرفته تا جیسون استنتهام و به خصوص امیر آقایی . طوری که خیلی از کچل ها نیازی به کاشت مو نمی بینند و خیلی از کم موها ، همان مقدار اندک را می ترانند تا کلا کچل شوند . خلاصه ۱۴ اکتبر، روز جهانی کچل هاست، روزی مختص افرادی که زیبایی ظاهری شان به موهای سرشان گره نخورده است. همان طور که گفتیم تا دل تان هم بخواهد، آدم معروف، موفق، سرشناس و ... داریم که سرشان موندارد. در این بین به واسطه موفقیت پزشکان ایرانی در این زمینه، تور بسم سلامت چند سالی است که حسابی در حوزه کاشت مو رونق گرفته و آن طور که منشی یکی از کلینیک های تخصصی کاشت مو در تهران می گوید، مراجعه کنندگانی از کشورهای دور و نز دیک مثل کویت، آلمان، عراق و ... داشتند که از طریق سایت یا دوستان شان با مجموعه ایرانی آشنا شدند و برای کاشت مو مراجعه کردند. به بهانه این روز جهانی، در پرونده امروز زندگی سلام، گفت وگویی با یک پزشک داشتیم که در مرکز تخصصی کاشت مو کار می کند، تا افرادی که به دنبال دانستن نکاتی در این زمینه هستند با جزئیات آشنا شوند.

بین ۵ تا ۱۱ میلیون هزینه دارد

برای شروع با چند کلینیک معروف در کشور تماس می گیرم. مدام پشت خط می مانم چون خط ها مشغول است. ظاهرا همه شان بر تشریفات هستند، به زبان عربی و انگلیسی مشتری دارند، فرستادن عکس سر برای شروع هر مکالمه ای را ضروری بیان می کنند و ... مسئول پذیرش کلینیکی در شیراز می گوید: کاشت مو توسط تکنسین و نه متخصص پوست و مو انجام می شود که باید دارای مدرک در شاخه های اپیراژی شکمی باشد. او هزینه این کار را بعد از دیدن سر مشخص می کند اما به طور کلی، آن را بین پنج و نیم تا یازده و نیم میلیون تومان برآورد می کند و می گوید: بر برای خانم ها به دلیل مسائل هورمونی و حساسیت روی تیغ زدن کل سر، کاشت انجام نمی دهند. »

روش تخصصی کاشت مو چگونه است؟

به عکس های روی دیوار کلینیک نگاه می کنم و تغییرات را آن قدر ملموس می بینم که کنجکاو می ام در باره نحوه انجام این روش بیشتر می شود. «تخعی» در باره روش انجام کاشت مو ادامه می دهد: «شروع فرایند کاشت مو به این صورت است که در آن توسط میکروموتورهای مخصوصی از ناحیه پشت سر دانه دانه گرفت ها را (از یک تا ۴ فولیکول مو را گرفت می گویند)، بیرون می کشیم و در پلیت حاوی نرمال سالین به عنوان محیط زنده قرار می دهیم که از این نظر می توان کاشت را (نوعی پیوند) دانست. بعد از آن موها تا سالیان سال در سر فرد، افشان و پابرجا می ماند.»

خیلی از تبلیغات این حوزه غیر واقعی است

«همه مان افرادی را می شناسیم که آرزوی دیرینه شان تنها پدیدار شدن چند تار مو روی فرق سرشان است اما آیا این روش برای تمام افراد قابل اجراست؟ بخشی از فاکتورهای مهم برای کاشت مثل جنس پوست، نوع گرفت و بانک مو منحصر به فرد است و ما قادر به تغییرش نیستیم اما تمام سعی مان را می کنیم آن بخشی را که به ما مربوط است به بهترین نحو انجام بدهیم. برای مثال مهارت و هنر دست تکنسین است که با جاگذاری دقیق تارهای مو از تراکم بالا به پایین، ایده آل ترین نتیجه را به ارمغان بیاورد». دکتر در این باره توضیح می دهد: تفاوت گرفت برخی افراد مثل تفاوت نخ ابریشم و کامواست اگر گرفت تکی باشد تراکم و وسعت کمتری را پوشش می دهد و اگر ضخیم باشد، می توان آن ها را دور از هم کاشت تا مساحت بیشتری را پوشش دهند. او ضمن گله مندی از برخی تبلیغات غیر واقعی می گوید: «قول کاشت ۲۰ هزار گرفت که در بعضی کلینیک ها می بینیم غیر علمی است چرا که پیش از برداشت هیچ چیز مشخص نیست و نمی توان در باره آن قطعی نظر داد. همچنین برداشت از ساق پا، کتف، ریش، قفسه سینه هم قابل انجام است که تحت تاثیر هورمون ها تا یک سال می ریزد و در سر نتیجه دوامی ندارد.»

ریزش مو اغلب علت هورمونی دارد



از دکتر نخعی درباره دلایل ریزش مو هم می پرسم که می گوید: «ریزش مو اغلب علت هورمونی دارد که در مانی به جز کاشت هم ندارد. به طور کلی بانک مو در پشت سر افراد است و چون حساسیت کمتری به هورمون مردانه دارد، مقاوم ترند. ما از هر دسته تار مو در این قسمت فقط چند تار را برمی داریم چون جایشان مویی در نمی آید و فقط منطقه خالی توسط موهای اطراف پوشیده می شود. در ضمن به کسانی با بانک مو ی ضعیف، اصلا کاشت را توصیه نمی کنیم.»

یک تا ۴ جلسه ۷ ساعته زمان می برد

خانم دکتر درباره مدت زمانی که این کار طول می کشد، می گوید: «هر کار زیبایی، ریسک عفونت و خونریزی دارد اما اگر در محیط استریل و توسط



متخصص انجام شود، ریسک کمتر خواهد شد. در این کار، بیمار حین انجام عمل مقداری خون از دست می دهد. همچنین آزمایش قبل کاشت مولزومی است و شامل آزمایش خون ساده، تست کرونا و ... می شود تا سابقه بیماری های خونی مثل هموفیلی، فقر آهن و پاتیت بررسی شود. مدت زمان لازم برای این کار هم به

کاشت مو برای بانوان هم داریم؟

کاشت مو در بانوانی که ریزش موی هورمونی یا آندروژنی دارند، توصیه می شود. دکتر نخعی کاشت مو را در کشورهای دیگر، عملی پر حمت، گران و لاکچری می داند که در ایران با پنج و نیم تا شش و نیم میلیون انجام می شود. او می گوید: «بعضی ها آن قدر تغییر می کنند که بعد از مراجعه خودمان هم آن ها را نمی شناسیم.

باور های غلط را کنار بگذارید

برای هزاران سال، باور های نادرستی در باره علت طاسی وجود داشت و افرادی که طاس بودند توسط دیگران مسخره می شدند. به عنوان مثال ارسطو زمانی تصور می کرد که کچلی به دلیل روابط جنسی به وجود می آید. در زمان روم باستان سر بازاری را که کچل بودند مجبور می کردند کلاه خود های آهنی بر سرشان بگذارند و به همین دلیل همیشه در برابر دیگر قطاران شان خجل بودند. به عنوان نمونه مردم در گذشته اعتقاد داشتند خشکی سر علت اصلی طاسی است. فرضیه دیگری هم آلودگی هوا و آرایش اشتباه موی سر را مقصر قلمداد می کرد. در سال ۱۸۹۷ میلادی موی از ترس جامعه جهانی را در بر گرفت؛ چرا که یک متخصص پوست موی فرانسوی اعلام کرد علت اصلی طاسی مردان را کشف کرده است: یک میکروب. در واقع این فرضیه اشتباهه را یک پزشک فرانسوی بر سر زبان ها انداخت. علاوه بر این باور های اشتباه، بعضی افراد هم تصور می کنند که کچلی دشمن موفقیت است! دوئین جانسون معروف به «راک»، زین الدین زیدان، بروس ویلیس بازیگر معروف آمریکایی، روبرتو کارلوس، منصور ضابطیان، پیر لوییچی کولینا و ... نمونه هایی هستند که این باور را نقض می کنند و نشان می دهند که موفقیت به این موضوع گره نخورده است.

محققان: کچل ها از نظر دیگران باهوش تر و موفق ترند

برای بسیاری از مردان، کچلی موضوع حساسی محسوب می شود چون ممکن است تصور کنند این امر از جذابیت آن ها کم می کند. با این حال، تحقیقات نشان داده هیچ دلیلی برای این طرز فکر خود تخریب گرانه وجود ندارد. یکی از معتبر ترین تحقیق های صورت گرفته در این باره نشان می دهد مردان کچل در مقایسه با دیگر مردان از دید دیگران جایگاه بالاتری به لحاظ اجتماعی دارند. محققان یک پژوهش در سال ۲۰۱۷ در دانشگاه مکزیک متوجه شدند گرچه مردانی که مو دارند از جذابیت بیشتری برای دیگران برخوردارند اما در باره مردان کچل احتمال این که از نظر دیگران فردی با جایگاه اجتماعی بالاتر تلقی شوند بیشتر است. محققان در این پژوهش از گروه مورد تحقیق خود خواستند بر اساس ۴ معیار به شرکت کنندگان مرد امتیاز دهند: جذابیت، پر خاشگری، سازگاری و پختگی. به برخی از افراد گروه، تصاویر مردانی را نشان دادند که مو داشتند و به بقیه افراد عکس های همان مردان را نشان دادند که موهای آن ها به صورت دیجیتالی حذف شده بود. نتایج غیر منتظره بود، مردان کچل باهوش و مردانه ارزیابی شده بودند. نتایج تحقیق مذکور را تحقیق دیگری هم اثبات کرد. این تحقیق ثابت کرد مردان کچل از نظر اغلب افراد قوی تر، مقتدر تر و موفق تر اند. دانشمندان با تحلیل داده های به دست آمده از یک نظر سنجی که با شرکت ۲۰ هزار نفر صورت گرفته بود، به این نتایج رسیدند.

ZENDEGI - SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

پنج شنبه • ۲۲ مهر ۱۴۰۰
۷ ربیع الاول ۱۴۴۲ • ۱۴ اکتبر ۲۰۲۱
شماره ۲۰۷۷۵

۱۹۹۵

ویتامین «دی»، مکمل واکسن کرونا

آیا اگر ویتامین دی بدن کم باشد، تاثیر واکسن کرونا کاهش چشمگیری خواهد داشت؟

مهین رضانی | روزنامه نگار

از زمان شروع همه گیری کرونا درباره اهمیت مصرف کافی ویتامین «دی» از منابع علمی مطالب زیادی نوشته ایم اما این بار اعلام نتایج بالینی تاثیر مصرف کافی این ویتامین و مهار بیماری کرونا، تاکید بیشتری بر ضرورت مصرف کافی ویتامین «دی» دارد و البته باید مراقب مصرف بی رویه آن هم باشیم. دکتر سید حمید سجادی، محقق برجسته ایرانی و عضو فرهنگستان علوم پزشکی به خبرگزاری صدا و سیما می گوید: «تمام کسانی که در «ای سی یو» بستری بوده و ویتامین «دی» زیر ۲۰ داشته اند، فوت کرده اند. در حالی که این میزان اگر بین ۲۵ تا ۴۰ باشد شدت بیماری کمتر و هر چه به سمت ۴۰ نزدیک تر می شویم وضعیت بیمار بهتر است.»



● کارایی واکسن همراه با ویتامین D

وی می افزاید: «در واقع باید گفت کار واکسن را ویتامین دی انجام می دهد. ویتامین دی یک هورمون است و گلبول های سفید برای این که سیتو کین ترشح کنند باید ویتامین دی به میزان لازم در بدن باشد، اهمیت این ویتامین برای بیماری های عفونی و انعقاد خون وقتی اهمیت بیشتری پیدا می کند که بدانیم ویتامین «دی» تا به اندازه کافی به گلبول های سفید نرسید، گلبول نمی داند تا چه اندازه سیتو کین ترشح کند.»

● توفان سیتو کین در نبود ویتامین D کافی

پروفسور سجادی افزود: «در بیماری های تنفسی، سیتو کین شروع به ترشح می کند و وقتی ویتامین دی پایین باشد گلبول سفید نمی داند کجا باید از ترشح سیتو کین دست بردارد و آن قدر سیتو کین ترشح می کند که توفان سیتو کین راه می اندازد و ریه در گیر می شود و بیمار فوت می کند.»

● گلبول سفید علت اصلی مرگ است، نه ویروس

عضو فرهنگستان علوم پزشکی ادامه می دهد: «بنابر این می توان گفت کسی از ویروس کووید ۱۹ نمی میرد، بلکه گلبول های سفید بدن خود ماست که ما را می کشد. دو علت مرگ در کرونا، توفان سیتو کین ها و انعقاد خون است. لخته خونی که در مغز و قلب پیش می آید یا توفان سیتو کین ها در ریه به علت کمبود ویتامین دی است.»

● چرا وقتی واکسن زده ای، باز کرونا می گیری؟

این پزشک در پاسخ به این سوال می گوید: «اگر ویتامین دی زیر ۲۰ باشد، واکسن هم بزیند، میزان IGG خون تان بالا نمی رود و برای همین کسانی که دو نوبت واکسن هم می زنند باز ممکن است به کرونا مبتلا شوند.»

● نظرات متفاوت درباره مصرف ویتامین D

پروفسور سجادی در حالی این موضوع را مطرح می کند که سازمان جهانی بهداشت تا به حال چیزی به صراحت و مشابه آن نگفته و محققان اروپایی، کانادایی و ژاپنی پرونده ۴۰۰ هزار بیمار ابررسی کرده اند و به نقل از ایندیندنت معتقدند که مدرک قابل تاملی در تایید این فرضیه که میزان بالاتر ویتامین دی، باعث مبتلا نشدن به کرونا می شود، ندارند. اما مقاله ای در مجله پزشکی لنست هم حاکی از آن است که مکمل های ویتامین دی می تواند احتمال ایجاد عفونت های تنفسی، به ویژه در گروه های دچار کمبود ویتامین دی را کاهش دهد، اما آزمایش های تصادفی، نتایجی قطعی در اثبات این فرضیه، به دست نداده است. علاوه بر آن، این ویتامین محلول در چربی و جز ویتامین هایی است که دریافت بیش از حد آن (سطح بالای ۱۵۰ نانوگرم بر میلی لیتر)، منجر به مسمومیت و عوارض خطرناک برای فرد می شود.

● در دسترس ترین منابع گیاهی و حیوانی ویتامین دی

از منابع حیوانی این ویتامین می توان به موز دیر اشاره کرد:

۱- زرده تخم مرغ از ده یک تخم مرغ معمولی حاوی ۳۷ واحد ویتامین D یا ۵ درصد میزان توصیه شده روزانه است.

۲- شیر گاوا عموما در یک فنجان (۲۳۷ میلی لیتر) حاوی ۱۱۵ تا ۱۳۰ واحد ویتامین D یا به عبارتی ۱۵ تا ۲۲ درصد میزان توصیه شده روزانه است

۳- ماهی تن ایک قوطی کنسرو ماهی تن سبک در هر ۱۰۰ گرم ۲۶۸ واحد ویتامین D دارد که ۳۴ درصد میزان توصیه شده روزانه است. و از منابع گیاهی می توان به ۲ مورد اشاره کرد:

۱- قارچ (در هر ۱۰۰ گرم قارچ حدود ۲۳۰ واحد ویتامین دی)

۲- غلات جو دوسر نصف فنجان (۷۸ گرم) از این غذا های می تواند ۵۴ تا ۱۳۶ واحد ویتامین D یا ۱۷ درصد میزان توصیه شده روزانه را تامین کند.