



la fiche conseil

la chute des cheveux



Vos cheveux tombent plus nombreux en ce moment. La faute à la saison ? Un phénomène aux diverses causes, face auquel on n'attendra pas pour réagir.

Comment le corps réagit

Processus normal, la plus grande partie de notre chevelure pousse alors que certains cheveux tombent, une fois leur cycle achevé. Ces derniers sont aussitôt remplacés par de nouvelles pousses. Au-delà d'une perte de 100 cheveux par jour, n'attendez pas pour réagir ! Bon à savoir toutefois, s'il est naturel que les cheveux tombent plus nombreux à certaines périodes de l'année, un stress intense, une forte fièvre ou encore un choc voire un accident, peuvent être mis en cause. Le phénomène, hormonal et passager, peut également être observé après la grossesse ou durant l'allaitement.

Lorsque les cheveux s'amenuisent pour finir par ne plus repousser, on parle d'alopecie androgénique. Un phénomène majoritairement héréditaire qui peut apparaître dès l'adolescence. La testostérone, une hormone mâle, influence le follicule pileux et l'affaiblit : les cheveux se raréfient ou poussent de plus en plus fins et courts. Chez l'homme, plus souvent concerné, cette alopecie dévoile les tempes et le sommet du crâne (le vertex). Chez la femme, seul le haut de la tête s'éclaircit.

Enfin, la liste des affections qui provoquent une chute ou une absence de cheveux est longue. Le plus fréquemment, la chute des cheveux cache une maladie ou une affection passagère et parfois, un trouble du comportement tel que la trichotillomanie. On consultera alors sans tarder son médecin traitant.

Ce que vous pouvez faire

- Pour éviter d'agresser votre cuir chevelu, utilisez un shampoing très doux, conçu pour ce type de problème, coiffez-vous avec une brosse à poils souples et séchez vos cheveux à température peu élevée.
- Demandez conseil à votre pharmacien. Si le phénomène s'avère hormonal et passager, il peut vous conseiller une préparation à base de millet notamment.

Le cas échéant, demandez à ce spécialiste de faire

- procéder à une analyse de cheveux en laboratoire : vous obtiendrez ainsi un bilan d'éventuelles carences minérales ou encore d'intoxications à des métaux lourds. Dans ce cas, un mélange approprié d'oligo-éléments pourra y remédier.

Le conseil plus

S'il n'y a plus rien à faire lorsque la chute est définitive, on peut stimuler la croissance de petites pousses de cheveux avec une substance appelée minoxidil, contenue dans diverses préparations en vente libre en officine. Leurs résultats sont convaincants, à condition d'appliquer le produit très régulièrement. Sur ordonnance et réservée aux hommes, la finastéride, une substance médicamenteuse, agit sur la testostérone : la chute est ralentie et la repousse stimulée. Les résultats positifs sont visibles 6 à 12 mois plus tard dans la majorité des cas.

Ne pratiquez pas d'automédication sans le conseil de votre pharmacien et si vous suivez un traitement, n'hésitez pas à lui demander conseil.

Consultez www.pharmacieplus.ch et retrouvez toutes les spécialités des pharmacieplus.

