**Перхоть - новые решения древней проблемы**

Стоит только включить телевизор, как ослепительные красавицы из рекламных роликов начинают жаловаться на перхоть и демонстрировать волосы, обсыпанные белыми хлопьями. Впрочем, уверяют они, справиться с бедой очень легко: вымыл волосы специальным шампунем - и никакой перхоти. Но так ли все просто?

Так уж сложилось, что проблема перхоти врачам прошлого казалась недостойной внимания. Подумаешь, какие-то чешуйки на волосах: от этого еще никто не умирал. Ни великий Гиппократ, ни Гален, ни даже Авиценна в своих трудах ни слова не написали о перхоти. Вот воспаление легких или язва желудка - это серьезно, а перхоть - так, баловство одно.

**Горе луковое**

Несмотря на то, что медики игнорировали перхоть, о красе волос наши предки все же заботились и, как могли, боролись со "снегом" на голове. Первые целебные составы, избавляющие от перхоти, появились еще в Древнем Египте. Сохранившиеся до сегодняшних дней папирусы содержат следующие рекомендации: смешайте собачий жир, мякоть фиников и растертое ослиное копыто в равных частях и втирайте в кожу головы. А вот древние китайцы отдавали предпочтение смеси меда и рисовой муки.

У славян были свои способы борьбы с перхотью. В основном они использовали настои и отвары трав. Некоторые из древних рецептов борьбы с перхотью актуальны и сейчас. К примеру, время от времени мазать голову смесью лукового сока и водки или вымыть волосы отваром крапивы, лопуха или мать-и-мачехи очень полезно. Даже если постоянно пользоваться разрекламированным шампунем от перхоти.

Вплоть до второй половины XVIII века перхоть оставалась чисто эстетической проблемой, не имеющей к медицине никакого отношения. Врачи безмолвствовали, а страдающий перхотью народ прикрывал волосы париками и испытывал на себе все новые и новые "чудодейственные" эликсиры, придуманные парикмахерами.

Начало медицинского интереса к перхоти, да и то косвенное, было положено только лишь когда ученые, наконец-то, серьезно взялись за изучение кожных болезней. Все известные виды заболеваний описывали, систематизировали, и даже высказывали предположения об их причинах и механизмах возникновения. Так, Франсуа Буасье де Соваж в 1760 году разделил все болезни кожи на пять основных групп и 39 подвидов. Венский профессор Джозеф Пленк в 1776 году написал труд "Doctrina de morbic cutaneus", в котором на основе морфологических признаков выделил 14 групп кожных болезней. А французский врач Анне Шарль Лорри в 1777 году разделил кожные болезни на две группы: внешнего и внутреннего происхождения.

Тут-то ученые и вспомнили про перхоть. Она возникает не у всех, значит это признак нездоровья. Если перхоть появляется на волосах, значит, она имеет отношение и к коже головы. Таким образом, перхоть тоже можно отнести к кожным болезням! Впрочем, изучение перхоти не пользовалось среди ученых большой популярностью. На фоне множества тяжелых кожных заболеваний: дерматитов, экзем и лишаев, она казалась слишком банальной.

В начале XIX века наука о кожных болезнях уже была выделена в самостоятельный раздел общей медицины - дерматологию (от греческих слов "дерма" - кожа и "логос" - слово, учение). Медики-кожники стали называть себя дерматологами, и толпы больных пошли к ним лечиться.

Это было время проб и ошибок. Сложно вылечить болезнь, не зная ее причин и механизмов, но врачи не отчаивались. Они изучали под микроскопом кожу больных, исследовали действие различных лечебных препаратов на самочувствие пациентов, проводили тысячи научных экспериментов.

**Грибной "снег"**

Важное открытие, повлиявшее на решение проблемы перхоти, сам того не подозревая, сделал немецкий патолог Рудольф Вирхов в 1854 году. Он впервые доказал, что грибы могут расти не только в лесу, но и в организме животных и человека. Вирхов изучал грибковые заболевания и дал им название "микозы" (от греческого "mykes" - гриб).

Как впоследствии выяснится, среди 80 тысяч грибов (куда входят небезызвестные подберезовики, мухоморы и лисички) имеются 500 зловредных особей, которые и способны вызывать микозы. В их число входит и грибок, вызывающий перхоть.

Современная биология относит грибы в отдельное царство, посредине между животными и растениями. На самом деле, гриб - это не шляпка на ножке, а масса тоненьких ветвящихся трубчатых нитей. Впрочем, у некоторых грибов эти нити могут образовать и шляпку на ножке. Каждая грибная ниточка окружена тонкой жесткой стенкой, состоящей в основном из хитина, как оболочка рака или креветки. Внутри нити имеется все, что нужно грибу для полноценной жизни: ядро и всякие полезные клеточные структуры. Вот только пищу грибу приходится добывать самому из окружающей среды. У разных видов грибов - своя любимая еда и комфортные условия существования, поэтому грибы можно обнаружить практически везде: в забродившем вине, в виде плесени на хлебе и даже в организмах растений и животных.

Главный шаг в изучении причин перхоти был сделан в 1874 году Луи Шарлем Малассезом (1842-1909). Изучая под микроскопом чешуйки перхоти, ученый обнаружил на них неизвестный ранее грибок овальной формы. Это открытие вызвало настоящий фурор в дерматологии: перхоть заражена грибком! По праву первооткрывателя, Луи Шарль дал находке свое имя: "споры Малассеза", но чуть позднее грибок переименовали в "Malassezia furfur" - "шелуха Малассеза".

Дальнейшая история изучения перхоти выглядит почти детективной. Многие ученые стали исследовать новый грибок и перхоть больных людей. Выяснилось, что грибок Malassezia furfur родом из семейства дрожжей, питается кожным салом и живет на коже головы. Исследования продолжались, и вместе с тем открывались все новые подробности из жизни грибка. Оказалось, что под названием Malassezia furfur скрываются 7 подвидов дрожжевых грибов, одни из которых обитают на коже головы, другие - на коже туловища, а некоторые не имеют отношения к перхоти, а вызывают разноцветный лишай. Однако дерматологи не растерялись и придумали для каждого подвида особое дополнительное название. Грибку, найденному на перхоти, досталось звучное имя "Pityrosporum ovale".

Неужели этот грибок и есть настоящая причина появления перхоти? Но, не будем забегать вперед. Результаты следующих экспериментов по изучению Pityrosporum ovale показали, что этот грибок имеется практически у всех людей, независимо от того, есть у них перхоть ли нет. Мало того, злосчастный грибок может встречаться даже у новорожденных. Таким образом, Pityrosporum ovale - оказался всего лишь частью нормальной флоры человеческой кожи. Выходит, с перхотью он никак не связан?

До 30-х годов XX века этот вопрос активно дискутировался в медицинских кругах, но, в конце концов, мнения ученых сошлись на том, что Pityrosporum ovale не имеет отношения к перхоти.

Были уже давно придуманы лекарства от брюшного тифа, оспы и дифтерии, а перхоть так и оставалась неизлечимой болезнью. И хотя исследования в этой области продолжались, ничего принципиально нового медики придумать не могли.

**Кто виноват?**

Все изменилось в 1980-е годы, когда американский ученый Сэм Шустер вновь заявил, что причиной возникновения перхоти является Pityrosporum ovale. Коллеги изумились такой неслыханной наглости, ведь почти полвека назад было доказано, что грибок к ней непричастен. Как смеет этот американец оспаривать всем известный факт?

Все же для верности исследования были повторены, и результаты получились точно такими же что и раньше. Однако Сэм Шустер не спешил сдаваться. Он просто брал чужие результаты и их интерпретировал по-своему, чем до крайности бесил своих коллег. Признавая, что грибок наблюдается почти у всех людей, ученый делал акцент на то, что его количество у больных с перхотью значительно больше. Шустер предположил, что в особых условиях активность Pityrosporum ovale возрастает. Он один выступил против всех и сумел отстоять свою точку зрения. И уже к 1988 году в том, что Pityrosporum ovale вызывает большинство случаев перхоти, никто не сомневался.

Итак, в результате длительного научного расследования злодей, вызывающий перхоть, был найден. Как ни пытался Pityrosporum ovale скрыться от правосудия, благодаря интуиции и дедуктивному методу, его вина была полностью доказана. Попробуем восстановить картину преступления.

Для грибка Pityrosporum ovale наилучшая среда обитания - кожа головы человека. Уютно, тепло, никто не беспокоит и еда всегда под боком: сальные железы кожи постоянно вырабатывают жизненно необходимый грибку жир. Просто так употребить его грибок не может, поэтому расщепляет этот жир с помощью собственных липофильных ферментов до жирных кислот, которые и использует в личных целях. Отходов от жизнедеятельности грибка немного, поэтому вреда они не приносят. Мирное существование человека и питироспорума может длиться годами. Несмотря на то, что этот грибок может составлять до 45% микрофлоры волосистой части головы, ни о какой перхоти даже речь не идет.

Преступные наклонности грибка проявляются при усиленной работе сальных желез человека. Если кожного сала становится слишком много или, не дай бог, оно изменяет свой состав (увеличивается количество твердых жиров), Pityrosporum ovale становится неуправляем. На фоне усиленного питания грибок начинает размножаться с бешеной скоростью и за считанные дни его количество достигает уже 80% от всей микрофлоры. Результатом такого массового наступления питироспорума становятся иммунные и воспалительные реакции, а самое главное - ускоряется обновление клеток поверхностного слоя кожи головы и их отшелушивание. Чем это грозит? Разумеется, перхотью!

Верхний слой кожи головы - эпидермис состоит из 25-35 слоев клеток, плотно спрессованных между собой. Эпидермис кожи головы, пораженной перхотью, гораздо тоньше обычного (не более 10-15 слоев). Здоровая клетка рождается, созревает, живет, погибает и, наконец, отслаивается в виде незаметной чешуйки на волосах. Весь этот процесс занимает примерно месяц. Жизнь больной клетки проносится за неделю, и за это время она просто не успевает пройти полное обезвоживание, то есть омертветь. В результате происходит отслоение полуживых клеток. Они клетки тысячами слипаются на поверхности кожи в крупные белесовато-желтые хлопья. Так в результате преступной деятельности Pityrosporum ovale на волосах потерпевших появляется перхоть.

Конечно, можно, сказать, что грибок - просто жертва обстоятельств, во всем виновато нарушение работы сальных желез человека. Но это не оправдание! К изменению выработки кожного жира могут привести самые разные причины: проблемы с пищеварением, гормональные сдвиги, стрессы, хронические инфекции, снижение иммунитета, недостаток витаминов, наследственные особенности организма, неправильный уход за волосами и даже изменение погоды. Получается, что все мы - потенциальные жертвы грибка Pityrosporum ovale? С этим тяжело мириться.

**Что делать?**

По статистике у 30% населения земли - перхоть, а 50% хоть раз в жизни от нее пострадали. Как же советует лечить ее современная медицина? Сначала желательно навестить врача со страшным названием - трихолог. Он - специалист по проблемам волос. Только этот врач может определить, отчего возникла перхоть. Может быть, кожа головы слишком сухая, и тогда помогут обычные увлажняющие шампуни и бальзамы. А может, причина перхоти - очень серьезное кожное заболевание (дерматит, себорейная экзема, псориаз или микроспорея), которое требует специального лечения. Если же перхоть вызвал Pityrosporum ovale, то трихолог поможет найти причину поломки в работе сальных желез, пропишет таблетки и витамины, посоветует наиболее подходящий шампунь от перхоти.

Оптимальный шампунь - тот, который сочетает в себе три действия: уничтожает грибок, снижает скорость роста клеток и удаляет хлопья перхоти. Разобраться, как будет действовать то или иное средство от перхоти, проще простого. Нужно только внимательно изучить его состав.

Размножению грибка препятствуют Климбазол и Кетоконозол (в шампуне "Низорал"). Однако эти лечебные вещества легко смываются водой, поэтому шампунь нужно оставить на волосах на несколько минут. Цинк пиритион (шампуни "Head&&Shoulders", "Фридерм Цинк") не так эффективно борется с грибком, зато долго остается на волосах и обеспечивает продолжительное воздействие лечебного компонента. Замедляют ускоренное деление клеток октопирокс (пироктон оламин), деготь (шампунь Фридерм Деготь) и дисульфид селена. Два последних вещества также снижают выделение кожного сала. Отшелушивают кожу, разрушают хлопья перхоти и предотвращают склеивание клеток деготь, сера и салициловая кислота.

К сожалению, все средства от перхоти требуют регулярного применения, а эффект обычно наступает через 1-2 месяца лечения. Мгновенно избавляются от перхоти только в рекламных роликах, да и то, потому что перхоть на голове у них изображает манная крупа. Но так хочется верить, что не далек тот день, когда с помощью генной инженерии биологи создадут новый микроорганизм, который будет питаться питироспорумом. И тогда человечество навсегда избавится от перхоти. Что ж, будем ждать.

**Список литературы**

Для подготовки данной работы были использованы материалы с сайта <http://unimed-dnk.ru/>