

### Tình trạng ở người lớn



## Rụng Tóc Sau Khi Sinh

### Những điểm quan trọng

- Rụng tóc sau khi sinh không phải là tình trạng rụng tóc thường xuyên
- Bình thường có khoảng 100.000 sợi tóc mọc lên trên da đầu và mỗi ngày tóc rụng từ 50-200 sợi
- Trong khi mang thai mức độ của kích thích tố gia tăng làm cho tóc mọc lên nhiều hơn bình thường
- Sau khi sinh mức độ kích thích tố trở lại bình thường và vài tháng sau khi sinh thì tóc rụng nhiều hơn và kéo dài từ hai đến ba tháng
- Tóc sẽ mọc trở lại bình thường từ ba đến sáu tháng sau khi giai đoạn rụng tóc bắt đầu
- Tình trạng rụng tóc sau khi sinh có thể xảy ra sau mỗi lần sinh đẻ

### Tình trạng này là gì?

Sau khi sinh, nhiều bà mẹ để ý thấy tóc rụng. Kích thích tố gia tăng trong thời gian mang thai khiến cho có những thay đổi trên da và ở nhiều bộ phận khác của cơ thể. Kích thích tố có tác dụng làm cho tóc trên da đầu mọc lên theo chu kỳ của tóc. Điều này có nghĩa là có nhiều phụ nữ để ý thấy tóc mình mọc nhiều hơn trong thời gian mang thai.

Sau khi sinh em bé, phần lớn tóc ngưng không tiếp tục mọc nữa và bước sang giai đoạn đình chỉ kéo dài từ hai đến ba tháng. Khi chu kỳ phát triển của tóc bắt đầu trở lại, tóc trở lại giai đoạn phát triển và tóc cũ rụng đồng loạt. Số lượng tóc rụng khác nhau ở mỗi người, một số phụ nữ để ý thấy tóc của mình rụng nhiều hơn những phụ nữ khác. Nếu tình trạng rụng tóc do di truyền trong gia đình thì việc rụng tóc sau khi sinh càng rõ rệt hơn.

Rụng tóc sau khi sinh thường kéo dài từ hai đến ba tháng rồi tóc bắt đầu mọc trở lại. Đối với đa số phụ nữ tóc sẽ mọc trở lại bình thường như trước khi mang thai.

### Trị liệu bằng cách nào?

Tình trạng rụng tóc sau khi sinh không cần phải điều trị. Đây chỉ là sự thay đổi tạm thời trong chu kỳ phát triển của tóc do kích thích tố thay đổi trong khi mang thai.

Chải tóc nhiều sẽ làm cho tóc dễ rụng và mau rụng thay vì tình trạng rụng tóc này có thể kéo dài từ hai đến ba tháng. Nếu sự kiện này xảy ra thì sẽ không gây nguy hại gì cho tóc. Uống các loại sinh tố hay thoa các thuốc bào chế lên da đầu sẽ không giúp ích được gì. Một số phụ nữ để ý thấy tóc rụng sau mỗi lần sinh con.

## **Vietnamese - Postpartum Hair Loss**

**Muốn biết thêm chi tiết, xin liên lạc**

Y tá Bảo trợ Mẫu Nhi.

Dược sĩ.

Bác sĩ Sản khoa.

© 2002, Department of Dermatology, St. Vincent's Hospital Melbourne, Victoria Parade, Fitzroy,  
Victoria 3065 Australia.