Mga Gamot para sa Alopecia

- **Pagkawala ng buhok**
- **Paggamot sa alopecia**
- **Mga gamot para sa alopecia**
- **Karaniwang mga side effect at pag-iingat**
- **Pangkalahatang payo**
- **Komunikasyon sa iyong doctor**
- **Pag-imbak ng mga gamot para sa alopecia**

Pagkawala ng buhok

Maraming mga tao ay normal na nawawalan ng 50 hanggang 100 buhok sa isang araw. Hindi ito nagdudulot ng napapansing pagnipin ng buhok sa anit dahil may bagong buhay na tumutubo kasabay ng pagkawala ng buhok. Ang pagkawala ng buhok, pagkakalbo o alopecia ay nangyayari kung ang siklo ng pagkalagas at pagtubo ng buhay ay nagambala o kung ang follicle ng buhok ay nasira at napalitan ng peklat.

Ang eksaktong dahilan ng pagkalagas ng buhok ay hindi pa lubusan nauunawaaan pero kadalasan ito ay dahil sa isa o ilan sa mga sumusunod na sanhi:

- Kasaysayan ng pamilya (heredity), lalo na ang pagkakalbo sa mga lalaki
- Pagbabago ng hormone (hal. pagbubuntis, panganganak, o ang pagsisimula ng menopause)
- Ilang kondisyong medikal (hal. problema sa thyroid, diabetes, anemia, Systemic Lupus Erythematosus (SLE), sarcoidosis na may kaugnayan sa balat, at ilang mga lokal na kondisyon tulad ng impeksyon na tinea sa anit, lichen planus, at Trichotillomania (isang problema kung saan ang tao ay paulit-ulit na sinasabunutan ang kanilang sariling buhok)
- Ilang gamutan (hal. gamutan sa kanser (chemotherapy at radiation therapy), mga pampalabnaw ng dugo, mataas na dosis ng bitamina A, mga gamot para sa arthritis, depresyon, problema sa puso at mataas na presyon ng dugo, mga birth control pill at mga anabolic steroid (mga steroid na ginagamit para magkaroon ng masel at mapahusay ang kayayahan sa palakasan.
- Malalang emosyonal at pisikal na stress
- Kakulangan sa nutrisyon (hindi sapat na protina o iron, mga problema sa pagkain tulad ng anorexia and bulimia, at pagkawala ng timbang)

Androgenetic alopecia

Ang androgenetic alopecia ang pinakakaraniwang uri ng progresibong pagkawala ng buhok. Kilala rin ito bilang pagkakalbo sa mga kalalakihan, pagkakalbo sa mga kababaihan, o ang karaniwag pagkakalbo. Ang androgenetic na alopecia ay dahil sa kombinasyon ng genetiko at hormone na dahilan. Ang dihydrotestosterone (DHT) ay ang pangunahing hormone na responsable sa androgenetic alopecia sa mga indibidwal na maaaring makaranas nito ayon sa genetika. Ang DHT ay nagdudulot ng pagkawala ng buhok sa anit sa paggawa ng pagbabago sa mga follicle ng buhok sa anit. Ang mga buhok na nagagawa ng mga apektadong mga follicles ay nagiging paliit nang paliit ang diametro, maiksi, at mas maputla ang kulay hanggang ang mga follicle ay talagang lumiit at tumigil sa paggawa ng buhok.

Ang pagkakalbo sa mga kalalakihan ay maaaring magsimula mula sa pagiging tinedyer at nakakaapekto sa kalahati sa mga kalalakihan pagdating ng 50 taong gulang. Nagsisimula ito sa pag-iksi ng linya ng buhok, kasunod ng pagnipis ng buhok sa tutok at sa bandang sentido, na nagreresulta sa bahagya o kabuuang pagkakalbo. Sa pagkakalbo sa mga kababaihan, ang buhok ay numinipis sa tuktok ng ulo. Mas napapansin ito sa mga babae na nagdaan na sa menopause.

Maliban sa androgenetic alopecia, may iba pang uri ng pagkawala ng buhok tulad ng Alopecia Areata (AA), at Telogen Effluvium (TE).

Alopecia areata

Ang alopecia areata ay kadalasang nakikita bilang isang pabilog na patse (mga kasing laki ng isang malaking barya) o ilang mga patse ng nawalang buhok na maaaring magsama na maging malaking bahagi ng alopecia. Ito ay kadalasang nakikita sa anit ngunit maaaring mangyari kahit saan bahagi ng katawan. Maaari itong mangyari anuman ang edad, ngunit madalas ay naaapektuhan ang mga tineydyer at mga batang adulto. Sa alopecia areata ang buhok at nawawala dahil ito ay naapektuhan ng pamamaga. Ang dahilan ng pamamaga na ito ay dahil iniisip na ang immune system, ang natural na depensa na kadalasan ay ipinagtatanggol ang katawan mula sa impeksyon at iba pang mga sakit, ay maaaring inaatake ang tumutubong buhok. Bakit ito nangyayari ay hindi pa lubos na nauunawaan at hindi rin alam kung bakit lokalisadong mga lugar lamang ang apektado at bakit ang buhok ay kadalasan ay tumutubo ulit.

Telogen effluvium

sa telogen effluvium (TE), ang dami ng buhok ay nagiging kakaunti na nagreresulta a pagnipis ng buhok. Ang pagkaunti ng buhok at dahil sa pagdami ng nalalagas na buhok araw-araw, sa pagdami ng mga buhok na nasa bahagi ng paglago (anagen) papunta sa bahagi ng paglagas (telogen). Kadalasan tanging 10% ng buhok sa anit ang nasa bahaging telogen, ngunit sa telogen effluvium ito ay tumataas sa 30% o higit pa. Ang dahilan ng TE ay dahil sa pagkagulo ng normal ng siklo ng buhok. Ang kadalasan na mga sanhi nito ay pangangak, matinding trauma o pagkakasakit, naka-stress o malaking pangyayari sa buhay (tulad ng pagkawala ng isang minamahal sa buhay), malaking pagbawas ng timbang at malalang pagdi-diyeta, malalang problema sa balat na naaapektuhan ang anit, bagong gamot, o pagtigil sa gamutan gamit ang hormone.

Paggamot sa alopecia

Maraming kaso ng pagkawala ng buhok ay panandalian lamang; samantalang ang ibang pagkawala ng buhok ay permanente. Ang iba ay natural na parte ng pagtanda at hindi kailangan ng gamot; ang ilan ay bahagi ng proseso ng medikal na kondisyon na masosolusyunan rin matapos na magamot ang ito; para naman sa ibang kondisyon, may mga gamot na magagamit.

Ang pakawala ng buhok ay may epektong emosyonal, kaya maaaring gusto mo ng lunas kung ikaw ay hindi komportable sa iyong hitsura. Ang layunin ng paggamot ay para mahikayat ang pagtubo ng buhok, mapabagal ang pagkawala ng buhok, o matago ang pagkawala ng buhok. May mga gamot na maaaring magamit para sa ilang uri ng pagkawala ng buhok.

- Para sa telogen effluvium kadalasan ito ay nalulutas nang buo ng walang anumang interbensyon, ang normal na tagal ng telogen ay tinatayang 100 araw (3 hanggang 6 buwan) kung saan ang panahon ay magsimulang tumubo ulit (anagen phase).
- Para sa alopecia areata ang buhok ay maaaring tumubo nang walang gamutan sa loob ng isang taon. Mayroong gamot bilang lunas sa alopecia areata hal. mga corticosteroid, ito ay ginagamit sa pagbawas ng pamamaga at sa pagpigil sa immune system.
- Para sa androgenic alopecia, may mga gamot na magagamit.

Dagdag pa sa mga gamot may iba pang ga lunas na magagawa tulad ng surgery, laser therapy, at mga peluka. Ang iyong doktor ay maaaring magmungkahi ng kombinasyon

ng mga lapit na ito para makuha ang pinakamahusay na resulta.

Mga gamot para sa alopecia

Mga para sa Androgenetic Alopecia

Dalawang gamot, ang finasteride at minoxidil, ay ginagamit sa paggamot sa pagkakalbo sa mga kalalakihan. Ang minoxidil ay kasalukuyang tanging gamot na magagamit para sa pagkakalbo para sa mga kababaihan.

Ang finasteride ay magagamit bilang iniinom na tableta na tanging ginagamit para sa mga kalalakihan. Gumagana ito sa pagpalit sa hormone na dihydrotestosterone (DHT). Ang DHT ay ginagawang maliit ang mga follicle ng buhok, kaya ang pagpigil sa produksyon nito ay nagbibigay daan sa mga follicle ng buhok na bumalik sa normal na laki. Kadalasan kailangan ng tatlo hanggang anim na buwan ng tuloy-tuloy na paggamit ng finasteride upang makakita ng epekto. Ang proseso ng pagkakalbo ay kadalasan na magpapatuloy sa loob ng anim hanggang labingdalawang buwan pagkatapos na ihinto ang gamutan.

Ang minoxidil ay magagamit bilang ipinapahid na paghahanda (hal. topical na solution/losyon, at bula) kung saan maaaring magamit para mga lalaki at babae. Ito ay ginagamit direkta sa anit. Hindi malinaw kung paano gumagana ang minoxidil. Kadalasan na kailangan gamitin ito ng ilang buwan bago makakita ng anumang epekto. Ang proseso ng pagkakalbo ay kadalasan na magpapatuloy sa kung ang paggamit ng minoxidil ay ihihinto. Ang tumubong buhok ay maaaring malagas sa loob ng tatlo hanggang apat na buwan pagkatapos na ihinto ang gamutan.

Ang mga tableta ng finasteride ay mga gamot na nirereseta lamang, habang ang mga ipinapahid na paghahanda na may taglay na 5% ng minoxidil ay mga gamot na nasa botika lamang. Mahalaga na humingi ng opinion ng dermatologist o ng payong medikal upang malaman ang anumang mga dahilan bago magsimula ng anumang gamutan.

Mga Gamot para sa Alopecia Areata

Kahit walang lunas para sa alopecia areata o mga aprubadong gamot para sa paggamot rito, may ilang tao na nakahanap ng mga gamot na aprubado para sa ibang mga layunin para makatulong sa pagtubo muli ng buhok kahit panandalian. Ang mga intralesional corticosteroid ay pinapasigla ang pagtubo ng buhok sa lugar ng ineksyon at maaaring

may benepisyo para sa limitado at patse na pagkawala ng buhok. Ang side effect ng ineksyon ng intralesional corticosteroid ay mataas na panganib ng impeksyon, sakit ng ulo, pananakit ng kasukasuan at reaksyon sa lugar ng ineksyon. Ang mga oral pulsed o tuloy-tuloy na corticosteroids ay maaaring gamitin sa mga malala at progressibong mga kaso. Para sa mga side effect ng mga oral corticosteroids, mangyaring sumangguni sa Impormasyong Pangkalusugan sa mga Oral Corticosteroid sa sumusunod na website. http://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/en/consumer/news_informations/dm_02.html

Ang kapwa intralesional at oral corticosteroid ay mga gamot na nirereseta lamang.

Karaniwang mga side effect at pag-iingat

Gamot para sa Alopecia	Karaniwang mga side effect	Mga pag-iingat
1. Finasteride (iniinom)	• pagkabaog • pagkawala ng libog • problema sa paglabas ng tamod • paglaki at pagtigas ng suso • pananakit ng bayag	• Gamitin nang may pag-iingat sa may sakit sa atay. • Ang mga pasyente ay dapat na tingnan para sa prostatic carcinoma bago at habang naggagamot. • Ito ay may kontraindikasyon sa mga kababaihan na nagbubuntis o magiging buntis. • Ang mga kababaihan na nagbubuntis o magiging buntis ay dapat na iwasan ang paghawak ng mga dinurog o baling tableta ng finasteride. • Ang paggamit ng ay

		iminumungkahi kung ang iyong kapareha ay buntis o maaaring maging buntis. • May naiulat na mga kaso ng kanser sa suso sa mga lalaki. • May mataas na panganob sa mataas na lebel na kanser sa prostate.
2. Minoxidil (ipinapahid)	• contact dermatitis • pangangati • lokal na pakiramdam na pagkasunog • flushing • pagbabago sa kulay o tekstura ng buhok • sakit ng ulo	• Dapat ay limitado lamang sa anit. Huwag ipahid sa iba pang bahagi ng katawan. • Iwasan na madikit sa mata, bibig, at mga mucous membrane, at sa may sugat, impeksyon, inahit o namamagang balat. • Iwasan na malanghap ang nai-spray kung gamit ang spray applicator. • Iwasan ang mga pantapal at mga ipinapahid na gamot kung saan pinapahusay ang pagsipsip ng gamot. • Ihinto ang paggamot kung patuloy na nawawalan ng buhok ng mahigit 2 linggo. • Ang mga gumagami ay dapat na itigil ang

		paggamit kung walang pagbabago pagkatapos ng isang taon. • Iwasan kung buntis at nagpapasuso. • May kontraindikasyon sa mga gumagamit na may ginagamot o hindi ginagamot na altapresyon.

Pangkalahatang payo

- Magkaroon ng masustansiya at balanseng diyeta. Maliban kung ikaw ay may sapat na nutrisyon ang pag-inom ng mga suplemento sa nutrisyon ay hindi napatunayan na nakakatulong.
- Iwasan ang masisikip na istilo ng buhok, tulad ng mga tirintas, pagpupuyod o mga ponytail.
- Iwasan ang hindi sinasadyang pag-ikot, pagkiskis o paghila ng iyong buhok.
- Maging maingat sa iyong buhok kapag hinuhugasan at sinusuklay. Ang isang suklay na may malapad na ngipin ay maaaring makaiwasa sa paghila sa buhok.
- Iwasan ang mga matatapang na mga inilalagay sa buhok tulad ng pangkulot, plantsa ng buhok, hot oil at pag-perm.

Komunikasyon sa iyong doctor

- Makipag-usap sa iyong doktor para sa pinakamahusay na opsyon sa paglunas. Ang iyong doktor ay magrereseta ng pinakaangkop na gamot para sa iyo pagkatapos na isaaalang-alang ang iyong kondisyon at ang iyong pagtugon sa mga gamot.
- Maging alert sa anumang kakaiba at seryosong side effects na mangyayari. Kung ikaw ay makaranas ng anumang mga sintomas ay makipag-ugnyan agad sa iyong doktor.

- Kaagad na iulat sa iyong doktor ang mga pagbabago sa tissue ng suso tulad ng mga bukol, pananakit, o may lumabas sa utong habang ginagamit ang mga tableta ng finasteride.
- Ipagbigay-alam sa iyong doktor kung ikaw ay buntis o nagpapasuso dahil ang pinapahid na paghahanda ng minoxidil ay hindi dapat gamitin ng mga babae na buntis o nagpapasuso.
- Magkaroon ng regular na pagpapakonsulta ayon sa payo ng iyong doktor.

Pag-imbak ng mga gamot para sa alopecia

Ang mga gamot para sa alopecia ay dapat itago sa isang malamig at tuyong kugar. Maliban kung nakasaad sa pabalat, ang mga gamot hindi dapat itago sa refrigerator. Dagdag pa, ang mga gamot para sa alopecia ay dapat na maayos na nakatago sa mga lugar na hindi maaabot ng mga bata para maiwasan ang aksidenteng pagkainom.

Pagkilala: Ang Opisina ng Gamot ay nais na magpasalamat sa Professional Development and Quality Assurance (PD&QA) para as kanilang mahalagang kontribusyon para sa paghahanda ng artikulong ito.

Opisina ng Gamot
Kagawaran ng Kalusugan
Mar 2016