

Bien dans ma peau...  
**PRATIQUE**

# Chute de cheveux, les solutions

Depuis les sociétés archaïques et jusque dans l'imaginaire moderne, les cheveux sont perçus comme le processus même de la circulation de la vie. Objet de soins amoureux, la chevelure peut trahir... Que faire quand les cheveux tombent ? Quelles solutions ?

Patricia Riveccio

**O**nze millions de Français seraient concernés par la chute des cheveux... La brosse emmène avec elle une foule de cheveux et c'est l'inquiétude. Comment s'en étonner ? Brosés, colorés, frisés, défrisés, lissés, ils ne sont pas si d'ortotés que ça, bien au contraire ! Le cuir chevelu (l'ensemble des tissus mous qui recouvrent le crâne) est soumis à rude épreuve.

## CHUTE DE CHEVEUX, EST-CE NORMAL ?

Nous avons, sur notre tête, entre 100 000 et 150 000 cheveux qui naissent, vivent et meurent. Il est donc parfaitement normal de perdre des cheveux. Une chevelure bien fournie perd un peu plus de 50 cheveux par jour, parfois même plus. En ce qui concerne les chutes «de saison», «lorsque le cycle est normal, il y a un rejet une fois par an et souvent à la rentrée», explique Jenny Estephan, directrice de la Clinique du cheveu à Paris. Une chose est sûre, que ce soit à 10 ans, 15 ans ou... 170 ans, il ne faut jamais accepter d'avoir moins de cheveux sur la tête, le cheveu a 25 cycles, il peut repousser jusqu'à 200 ans.»

## LA CHUTE D'AUTOMNE

Au retour de vacances, les chutes de cheveux sont souvent dues aux longues expositions au soleil, (vacances sur un bateau, séances de bronzage sur la plage aux heures chaudes). «Le soleil empêche la circulation sanguine or, le cheveu n'existe que par elle. Si le sang ne circule pas, il n'y a pas

de cheveux. Trop de soleil, et la chute peut être précise, bien délimitée sous forme de plaque. Ce cas est à traiter d'urgence», précise Jenny Estephan. De nombreuses causes peuvent être à l'origine de la chute des cheveux, mais, entre problèmes hormonaux, produits chimiques, stress (il y a des gens qui ne sont jamais stressés et qui perdent leurs cheveux et vice versa), il y a aussi la qualité de votre cuir chevelu.

## UNE HISTOIRE DE CUIR CHEVELU ?

Gras, sec, normal et à pellicules. Les trois types de cuir chevelu perdent leurs cheveux. La plupart du temps, c'est le type de cuir chevelu gras qui en perd le plus. Le cheveu pousse dans le follicule pileux qui a non seulement une place restreinte mais est tout proche de la glande sébacée qui sécrète le sébum. Lorsque celle-ci sécrète trop de gras, la racine du cheveu est noyée. Avec

**«Quarante ans après une chute, on peut faire repousser les cheveux naturellement, précise Jenny Estephan. Les traitements existent et ils sont efficaces.»**

les années, ce problème devient plus important. Jusqu'à la ménopause, les estrogènes sont plus nombreux. Après, avec la chute du taux d'estrogènes, la testostérone a un effet plus important sur les glandes sébacées. Elle les excite un peu plus et le cuir chevelu est un peu plus gras, comme chez les hommes qui, eux, ont une testostérone élevée. Si vos cheveux s'affinent, c'est que votre cuir chevelu graisse plus et vos racines sont étouffées.

## LES PROFESSIONNELS DU SOIN

Mais comment savoir s'il faut traiter ou non ? «Si vous remarquez, que ce soit à 15 ans, à 30 ans ou à 50 ans que vous

## Témoignage

«Après avoir essayé plusieurs traitements conseillés par des dermatologues, mais sans résultats, je suis arrivée à la Clinique du Cheveu avec une importante perte de cheveux (énormément clairsemés). Au bout de deux mois de traitement, j'ai constaté des repousses au niveau du cuir chevelu, j'en fus ravie, et surtout très surprise d'un résultat aussi rapide et si efficace.»  
Nathalie Z.

avez moins de cheveux, il faut traiter et faire un examen adapté. En particulier, un examen trichogramme (il fournit des renseignements importants, notamment en ce qui concerne le pronostic, c'est-à-dire la rapidité d'évolution prévisible de la chute). Lorsque la chute a plus de six mois, le trichogramme est plus que nécessaire. Pour Jenny Estephan, tout produit chimique sur le cheveu est à bannir, à commencer par l'ammoniaque et il est conseillé d'éviter de prendre des vitamines au petit bonheur la chance, sans conseil. «Il faut que ces jeunes filles et ces femmes, et nous en voyons beaucoup malheureusement à la clinique, qui n'ont plus beaucoup de cheveux sur le crâne, sachent que les produits chimiques attaquent le cuir chevelu !»

## PAS DE TRAITEMENT IMPROVISÉ

Vos cheveux tombent ? N'improvisez pas un traitement, vous risquez d'utiliser une huile, même essentielle, qui n'est pas adaptée à votre cuir chevelu, allez voir un «professionnel du soin». «Shampooing, lotion, ampoules... Ici, à la Clinique, nous avons une quarantaine de produits à base d'huiles essentielles, de vitamines, de minéraux, spécifiques à la chute des cheveux. Nous les utilisons au cas par cas, dosés en fonction du type de cuir chevelu.» Chez Furterer, le programme Antichute Triphasique (sérum régénérateur pour une chute progressive et le traitement antichute concentré pour une chute réactionnelle) est à utiliser avec le complexe 5, à poser avant le shampooing stimulant Forticea. À l'extrait de quinquina et à l'alpha pinène, Quinafort des laboratoires Klorane freine la chute et stimule la croissance avec un programme spécifique pour homme et un autre pour femme. Autre traitement antichute complet, celui de Ducray (Anaphase, Anastim, Anacaps). ■

## Le rythme DES CHEVEUX

Ils ne poussent pas de façon continue pendant toute la vie, mais par cycles successifs, chaque cycle comportant trois étapes : croissance, régression et chute. Pendant la première phase qui dure de deux à sept ans selon les individus, le cheveu est fabriqué par le follicule pileux. Au cours de la seconde étape, le follicule pileux ne fabrique plus de cheveu. Les cellules de sa partie profonde meurent. Enfin, il n'y a plus d'activité cellulaire, c'est la chute, le cheveu est éliminé par le brossage, le shampooing... Quelques mois plus tard, le cycle reprend.