

□□□□ □□□□□□□□ □□□□

બેજા કેટલાક વાળની ઠલીફો ક્યંતં ખોડા વશિ અનેક ગૈથ્સમ્જ હોય છે. ભથ્તં બધને આથેગ□ય હોવાને લીધેબ્ધ કાળજી લેતં હોય છે. પદ્મંતનક□ કી શું કથ્વું તેમી મહતિ કોઇને ખબ નથી. જેટલુ આપણે ગંભીર સમ્જી□ છીયે તેલું છે કે શું.? બલિકુલ નહી જેને ખોડો સમ્જી□ છી□ ઘણીવાર તે ખોડો હોતે નથી. કેટલીક વાર ગમે તેપ□ ઠકાઓ શેમ્ પૂ વાપથ્વામં આવે છે. તેમા લીધેવધુનુકશાન ધ્માની શક□યત છે.

□□□□ □□□□ □□ ?

૨૪ થી ૪૦ કોથચિમ્ મૂતકોષોના સ□ ઠ્બને લીધેમથની તી વચ પર સામન□ય scalp બને છે. તેમ્ણ સ□ ઠ્થી ઉપથ્ના સ□ ઠ્ સુધી વધી જોય છે. આ સથ□ વ પ□ ઠ્ક□ થયા મટે ૨૮ દવિસ લાગે છે. સાચ અથ□ ધ્મં ખોડોમં આ પ□ ઠ્ક□ થયા વઘતે/તેવ□ ઠ્ થી હોય છે. તેમા લીધે૨૦ થી ૫૦ આવા સ□ ઠ્મંથી નાના ટુકડા ધુપે ખોડો પડવાની શૂઆતથય છે. તેમા લીધેકોથચિમ્ ઘટટ પાત્ણું ધ્મા લાગે છે. અને નવા કોષો બ્હાથ્મા વાતવથ્થાના કઠનિ થઈ પડતં હોય છે. આને લીધેકોષોમ સામન□ય ગુણધ્મ્ મં બ્હલાવ થ્થે હોય છે તને ઘણા શેમ્ પૂ, ક□ થમ્,તેસ, ખોડા મટે મ્ણી શકે છે. પણ ખોડાનો પ□ ઠ્શ□ ન □ ની અંદર □ છે કે જો યોગ□ય સમ્થે કાળજી લીધી ના હોય તે વાળ ખથ્વા ત્થ ટુટીને પડવાનો સમ્થ આવી શકે છે.

□□□□□□

- સફેદ/સુકા ટૂંકડા વાળમં અથ્મા કપડાં પર દેખાય છે.
- ખંજ, ખજંવાળ (મથમં)
- તી વચ(મથની) ઉત્ત લ્ભીતથ્મી.
- તી વચ તેલી થ્મી.

□□□□ □□□□□□ □□□□□□

- પ□ ઠ્ઘૂષણને ટાળો. ત્મથ વાળને સુથ□યપ□ ઠ્કાશ અને ઘૂળથી ઢાંકો.
- જો ખોડાની સમ્સ□યા ખુબ વઘે હોય તે ત્મથ ડ□ ક□ ટથ્નો સંપથ□ ક કથે. તેતને ઉત્ત તી દ□ દણ dandruff શેમ્ પૂનો નથિ□ દેશ કથ્થે.
- દર બે દવિસે શેમ્ પુ કથે. શેમ્ પૂને પૂથ□ ણથીતેસાફ કથ□યાની ખાતી થી કથે. નહી તે તેમા લીધેખોડો ધ્માની શક□યત થ્થેલી છે. શક□ય તીયાં સુધી સોમ□ય શેમ્ પૂ વાપથે.
- જેમં ઝીક પાચીથઈલ હોય તેમા શેમ્ પૂનો ઉપયોગ કથે. શેમ્ પૂ ૫/૧૦ મનીટ થખો. ત્મથ વાળ દર બે દવિસે ઘેવો.
- ત્મથ ડ□ ક□ ટથ્ની સલાહ લો.

- જો ખુબ ઉપચથે કથ□યાં છતં ખોડો □ છો ના થ્થે હોય.
- જો ત્મથ છાતે પર, નાક પર, ભ્થ પર દાગ ઠ્થ્થાથ ધ્મા લાગે તે.

□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□

ઘણા લોકોને ઘણા બ્ધા ઉપચથે પછી પણ ઉપયોગ થ્થે નથી અને પછી તી વચમં બ્જાત્થ અથ્મા સ□ ઠ્બનું જામ્ જવું શૂ થય છે. આ સ□ થતિને સબિથેક ડથ્ મટિાચટીસ કહે છે. સબિથેચલ ગ□ ંથીના લીધેઆ થેગ થય છે. ત્મથ ડ□ ક□ ટથ તને Anti-dandruff શેમ્ પુ અને ક□ થમ્ અથ્મા મ્લમ જેમં હાયડ□ થેક□ થેટીસોન હોય તેમો ઉપયોગ કથ્વાનું જણાવશે.

□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□.

- મેટા થણી જેવો સ□ ઠ્ જામ્વો. (S.Lcthyosis)
- તેલી, પીળાશ, ભૂખું સ□ ઠ્ (Oleosa)
- સૂકી પીળાશ ફોફડી (S.Sicca)

□□□□□□

નક□ કી કાથ્થોની જાણ નથી. નાના બળકો અથ્મા મેટા મણસોમં જુદા-જુદા કાથ્થો હોઈ શકે છે. □ વું જાણવા મ્ણે છે કે તેલી ગંથીના અનચિમ્તિને લીધેથય છે. જે વાળમં તેસને જાળવી થખવાની પ□ ઠ્ક□ થયા વધુ છે તેલોકોને આ સમ્સ□યા વધુપ□ ધ્થાણમં જોવા મ્ણે છે. ક□યાથેક ફંગલ ઘન□ ફેક□ શનના લીધેપણ થય છે. સામન□ય થીતેફંગલ ઘન□ ફેકશન થેડા પ□ ધ્થાણમં હોય છે. પણ ક□યાથેક તેમા

પૃથ્વી અણુઓ વધુ થવાને લીધે તૃણ વચ્ચે થેજ નથી મળી શકે છે.

□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□

તૃણ વચ્ચે ઉપર સંસર્જન ગમી આવેલો આ ભગ લાલાશ અને દેવતા થયે છે તે ઉપરથી તૃણો પથ સફેદ અથવા પીળાશ ઘટ્ટ જમી થયે છે. સંબંધિત ડેટા મિટાઇટીસ સામન્ય થયે તેમજ મંત્રી પોપડી રહેથ (કાનના ભગે, ભૂંચ અને નાકની બહુ) છાતી, ખભ, પગ, બહુના સાંધાં થયે છે. સંબંધિત ડેટા મિટાઇટીસના લીધે તૃણ વચ્ચે થેડી દેવતા અથવા ખચ્ચડી જેવી દેખાય છે. વધુકથીને મંડી વાળી તે જગ્યાં અંજવાળ કાચાચેક વધુતેવે પછી થયે છે.

□□□□□□

સંબંધિત ડેટા મિટાઇટીસ ઉપર ઉપચાર તે થેગના સ્પર્શન તથા વચ્ચે ઉપર અવલંબિત હોય છે. ખોડા મટે શક્ય તે સેલીસાયલીક સિડિ, સેલેનિયમ સિલિકા ફાઇડ અથવા પાચીથઇન ઝીંક ટુકડાં તથા શેમ્પૂ વાપરવાનો ઉપચાર કથવાં આવે છે. આ શેમ્પૂ અઠવાડિયાં બે વખત વાપરવો. આ શેમ્પૂ ખોડાને પુષ્ટિ થીતે છે થયે તૃણો સુધી વાપરવું. કોલ/ટા ધ્યવતં શેમ્પૂ પછી અઠવાડિયાં તૃણ વખત વાપરી શકાય.

સંશોધક નવીન અને પથિામ્કાચ્ક ઉપચાર હજી પછી શોધી રહ્યા છે.