

## האם התחפיפים<sup>1</sup> מחפפים?

פעילות השמפו | מרכיבי השמפו | סוגים שונים של שמפו | הרחבה על קשקשים

**מגישות:** רחל מושקוביץ, אודיה זוזט וראשית דובדבני 🍒

"...ואני אגלה לכם סוד", אמר המרצה. ישבנו באולם האולפנה, מרותקות. "שמפו נגד קשקשים בכלל לא עוזר לקרקפת. הכל שטויות. מי שרוצה לדעת מהי התרופה הטובה ביותר לקשקשים, תבוא לשמוע בסוף השיחה". מובן שמיד עם סיום השיחה התגודדנו כולנו סביבו. "החומר היעיל ביותר נגד קשקשים, שעובד טוב יותר מהשמפו הכי ממותג ויקר, הוא אבקת כביסה!".

האם המרצה צדק? האם סוגי השמפו השונים אכן מבצעים את פעולתם המסוימת, כפי שמצהירה האריזה המבטיחה? האם קיים צורך בשמפו מסוים לכל סוג של שיער, ואם כן- מדוע?

יצאנו לבדוק...

### קודם כל, איך עובד שמפו?

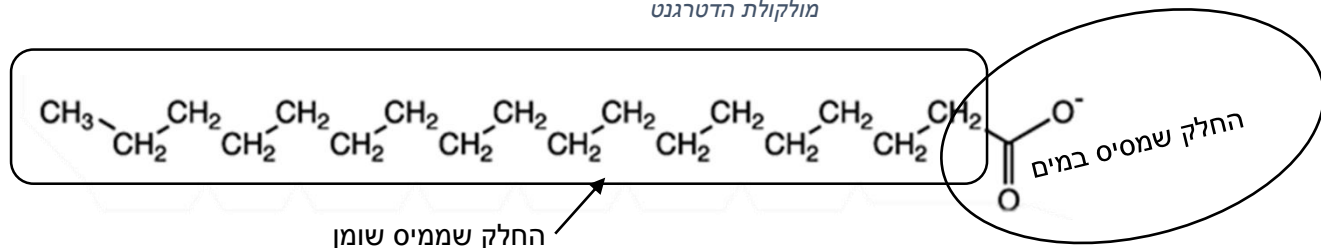
תפקידו העיקרי של השמפו הוא הרגעת הקרקפת וניקיונה ממהמים סביבתיים שונים, כגון: אבק, אויר מזהם, זיעה, קשקשים (תאי עור מתים), שמנוניות המופרשת על ידי הקרקפת ושומנים כמו קרמים ותרסיסים. בניגוד להבטחות היצרנים, אי אפשר להחיות, להזין או להבריא שיער, כיוון שהוא איבר מת. פעילות השמפו משפיעה על החלק החיצוני של השערה, הבולט מעל הקרקפת, ומיועדת לניקוי השיער.



חלק מתהליך ייצור במפעל שמפו

החלק החיצוני של השיער הוא בעל מטען שלילי והוא מושך אליו את חלקיקי הלכלוך בעלי המטען החיובי. רבים מהלכלוכים הם "חומרים הידרופובים" - חומרים דוחי מים. לכן, שטיפת השיער במים בלבד לא מספיקה. יש להיעזר בשמפו המורכב ממולקולות "אמפיפיליות", כלומר כאלה שנמשכים גם למים וגם לשמן. בזכות חלקיה השונים, מולקולת הסבון, ה"דטררגנט", מצליחה גם להיות מסויה במים וגם להמיס שומנים. היא נקשרת ללכלוך העטוף בשומן אך גם למי המקלחת, ומשום כך נשטפת בקלות במים וגורמת ללכלוך להישטף יחד איתה.

מולקולת הדטררגנט



השמפו נקשר בחלקו לחלב, נוזל שומני המופרש מבלוטות החלב שעל העור ומקיף את השיער. כשאנו שוטפים את השיער מהשמפו במים, נשטף גם הלכלוך השמנוני. בנוסף לכך, השמפו לרוב מכיל חלקיקים בעלי מטען שלילי שמסייעים בקשירת החלקיקים החיוביים שבלכלוך.

### אילו חומרים מכיל כל שמפו?

דטררגנטים- פעילי שטח: חומרים המשתנים לפי המטען שלהם. סוג המטען קובע את חוזק ההשפעה שלהם. לשיער שמנוני נבחרים דטררגנטים עם יכולת חזקה להסרת החלב. עבור שיער צבוע, נבחרים דטררגנטים מתונים כדי להפחית את הסרת החלב.

<sup>1</sup> על פי החלטת האקדמיה ללשון, תחפיף הוא שמו העברי של השמפו

הדטרגנטים נבחרים בהתאם לסוג השיער ובהתאם לדרישות. אם מערבבים כמה פעילי שטח, מקטינים את החשמל הסטטי, מקציפים, מרככים ומנקים את השיער בלי לגרום נזק.

חלק מהיצרנים מוסיפים לשמפו חומר מרכז המכיל שומנים בעלי מטען חיובי, שתפקידם לרכך את השיער שנטען בזמן הסירוק במטען חשמלי שלילי. חומרים אלו מזיקים לשיער ועלולים לפגוע בברק הטבעי שלו.

חומרים משמרים: מגוון חומרים, כמו נתרן, טטרוסודיום EDTA ופרבנים, נועדו להתנגד לחיידקים ולמנוע את קלקול השמפו. "חומרי השימור הינם חיוניים כדי להקנות למוצר חיי מדף ארוכים", אומר דוקטור אנדר"י מרסר, רופא עור בקופת החולים מאוחדת באשקלון.

לחלק מסוגי השמפו נוסף חומר השומר על צבע השמפו.

תוספים מיוחדים: יצרנים מוסיפים לשמפו מגוון מרכיבים כמו ויטמינים, תמציות פרחים וצמחים, אף שזמן המגע של הקרקפת והשיער עם השמפו קצר מדי בשביל לצפות להשפעה שלהם. "בהיותו של שמפו מוצר נשטף, מתירים גורמי הרגולציה (הפיקוח) רמות יותר גבוהות של חומרי שימור מאשר מוצרים המיועדים לשהות על העור, כמו קרם לחות", ממשיך דוקטור מרסר.

### גם אתם אוהבים את הקצף בשמפו?

תוספת מקציפי השיער היא רק למטרות שיווק! הלקוחות חושבים כי ככל שהשמפו יוצר יותר קצף הוא מנקה טוב יותר, אך האמת היא שאין למקציפים שום תועלת בניקיון השיער.

בנוסף לחומרים הללו, מכיל השמפו חומרי צבע, בישום וריח, וכן חומרים מסמיכים. לרוב, יש בו גם חומצת לימון המעניקה ברק לשיער.

### אז... מה ההבדל בין סוגי השמפו?



דוגמאות לסוגי שמפו

כידוע, ישנם סוגים שונים של שמפו: שמפו לשיער יבש, שמפו לשיער שמן, שמפו לתינוק, שמפו נגד קשקשים, שמפו מקצועי, שמפו לשיער צבוע, שמפו לשיער פגום ועוד. ההבדל בין הסוגים השונים הוא מזערי, כיוון שהחומרים הפעילים אצל כולם הם אותם החומרים. מה שמשתנה זה רק הרכיז של החומר הפעיל בשמפו.

נסקור בקצרה את הייחודיות של כל סוג:

**שמפו לשיער רגיל:** מיועד לאנשים שיש להם שיער טבעי ובריא והפרשת חלב מתונה. מספק ניקוי טוב וריכוך מינימלי.

**שמפו לשיער יבש:** מיועד לאנשים ששיערם עבר טיפול כימי. מספק ניקוי עדין וריכוך טוב.

**שמפו לשיער שמנוני:** מיועד לאנשים שמייצרים הרבה חלב. השמפו מכיל הרבה דטרגנטים (פעילי שטח, כפי שהסברנו) והוא ללא מרככים.

**שמפו יומימי:** מיועד לאנשים שרוצים לשטוף את השיער מידי יום. מכיל דטרגנטים קלים, בדרך כלל ללא מרככים.

**שמפו לניקוי עמוק:** מיועד לאנשים שמשתמשים פעמים רבות במוצרים כימים כבדים על השיער המצטברים על השערה. מוצרים אלו הופכים את השערה לקשה וחסרת ברק. שמפו זה מכיל חומרי ניקוי חזקים.

**שמפו לתינוקות:** מיועד לעורם העדין של תינוקות. הוא מכיל חומר ניקוי עדין ומשיג ניקוי קל.

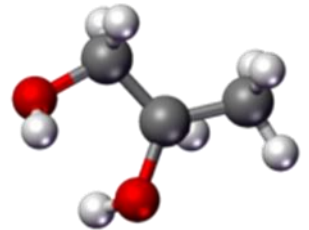
**שמפו טיפולי:** מיועד לאנשים עם בעיות בקרקפת, והוא מכיל חומרי ניקוי פעילים.

**שמפו "שניים באחד":** שמפו המכיל סיליקונים (סוג של פולימרים- מולקולות ענק, סיליקון הוא תרכובת סינטטית בעלת צמיגות גבוהה) דמויי מרכז ודטרגנטים מתונים. לאחר שהשמפו שוטף את החלב, הסיליקונים מקיפים את השערה כדי להפוך את השער למבריק, רך וללא חשמל סטטי.

יש חומרים מסוימים הנמצאים או נחסרים מסוגים שונים של שמפו, בהתאם לתפקידו. "שמפו עם סיליקונים מעניק ברק, לחות וגמישות לשיער מה שמונע מראה של שיער יבש", סיפרה לנו ענת חטב, עובדת בעיצוב שיער ואיפור. "שמפו ללא מלחים הוא שמפו שמכיל שמנים ומינרלים טבעיים כדי להגן על השיער מפני יובש, נזקי שמש והחלקות שנשים עושות במספרה".

### הרחבה- שמפו לשיער שמן לעומת שמפו לשיער יבש:

ההבדל בין שמפו לשיער שמן לבין שמפו לשיער יבש הוא בריכוז החומרים: השמפו לשיער שמן מכיל אחוז גבוה יותר של הדטרגנט החזק ואילו השמפו לשיער היבש עשיר יותר במרכז העדין. פרופילן גליקול (Propylene glycol) הוא חומר הנוסף לשמפו הנועד לשימור לחות השיער. הפרופילן הינו תרכובת אורגנית סופחת מים ומסיסה במים. בשל יכולתו לספוח מים מן האוויר, משמש הפרופילן לשמירת לחות של מוצרים שונים.

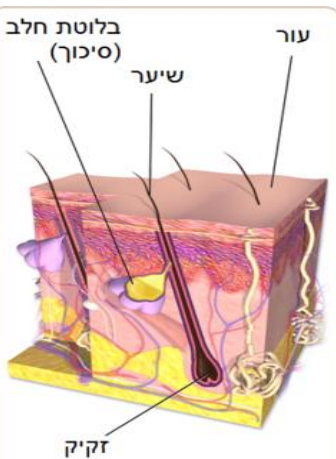


הדמיה של מולקולת פרופילן גליקול

### זוכרים את המרצה?

ביקשנו מדוקטור אנדריי מרסר להעשיר אותנו בנושא הקשקשים (תאי עור מתים): "אצל כל אחד מאיתנו שוכנת בעור הקרקפת משפחת פטריות הקרויה Malassezia. פטריות אלה ניזונות מהחלב ויוצרות תוצרי לוואי הגורמים לגירוי הקרקפת ולהתרבות מואצת של תאי העור. אולם, הסיבה שבני אדם מסוימים מגיבים לפטרייה בגירוי וקילוף בעוד שאחרים אינם מגיבים בצורה זו עדיין אינה ברורה", מסביר דוקטור מרסר.

קשקשת עלולה להופיע גם בקרקפת שומנית וגם בקרקפת יבשה, ובכל האוכלוסייה- ילדים, מתבגרים, מבוגרים וקשישים. יש מחלות עור שונות המתבטאות גם בקשקשים, וייתכן כי מתח מגביר את חומרת הקשקשת.



תרשים של זקיק שיער

"חלק מסוגי ה"שמפו נגד קשקשים" מכילים תרכובת אבץ בעלת השפעה אנטי פטרייתית

ואנטי חיידקית שנלחמת בפטרייה ומפחיתה את הקשקשת. למעשה, החפיפה מטפלת בפטרייה באופן זמני אשר יחזיק מעמד רק עד החפיפה הבאה", סובר דוקטור מרסר.

חלק מסוגי השמפו השונים שמבטיחים למנוע קשקשים יעילים מכיוון שהם מכילים מולקולות "אנטי-קשקשיות", אך לרוב די בחפיפה יום-יומית המתגברת במקרים רבים על הקשקשת. "במידה שהאדם סובל מריבוי קשקשים, כדאי לו לפנות לרופא עור לצורך אבחון ולשם המלצות לגבי טיפול מעמיק", מוסיף לנו הדוקטור.

### האם יש דרך להפחית את חומרת הקשקשים?

"חשוב להקפיד על שטיפת כל השמפו מהשיער, יש להמשיך לשטוף את השיער גם כשנדמה שהוא נקי מהשמפו. בנוסף, כדאי להקפיד לא לאסוף את השיער כשהוא רטוב, וכן להימנע ממשיכה הדוקה של השיער לפרקי זמן ארוכים, דבר שיכול להחמיר קשקשת." ממליץ דוקטור מרסר.

**ענו לנו אתם: האם התחפיפים מחפפים, חופפים זה לזה או שמא חפים מכל אשמה?**

**מקורות:**

ייעוץ של רופא עור: דוקטור אנדריי מרסר, קופת חולים מאוחדת אשקלון.

ייעוץ של ספרית: ענת חטב, עיצוב שיער ואיפור.

"ועכשיו כימיה" - דוקטור דבורה יעקבי. הוצאת רכס, עמוד 283.

אתר מכון דוידסון

כתבה באתר ynet - ההונאה הגדולה של יצרני השמפו והמסכות לשיער, אריאלה איילון

ויקיפדיה האנציקלופדיה החופשית - פרופילן גליקול (Propylene glycol)

ויקיפדיה האנציקלופדיה החופשית - שמפו

<http://www.roganatural.co.il>

<http://saloon.co.il>

[/https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/article=s/PMC4458934](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/article=s/PMC4458934)