



Ученые выяснили – не стоит расстраиваться, если на ваших волосах появляется легкий снежок седины. Седина может появляться из-за разных причин, но если она украшает ваши волосы после тридцати лет, беспокоиться не стоит. Наоборот, стоит радоваться, потому что это значит, что вы обладатель хорошего здоровья.

### Вопросы окисления

Почему же, если у человека появляются седые волосы, то это может быть хорошо? Почему это считают признаком здоровья? Доказательством являются результаты экспериментов, проведенных в Америке и в Испании. Наши волосы приобретают тот или иной цвет благодаря пигментам, находящимся в организме. В результате исследований выяснилось, что повышение количества седых волос, да и вообще появление седины, на четвертом десятке жизни, является следствием увеличения в организме уровня глутатиона. Это даже не пигмент – а вспомогательное вещество. Если меланина, то есть пигмента, становится меньше, повышение уровня дополнительного вещества становится неизбежным. И тут самое интересное – глутатион это мощнейший антиоксидант, что обеспечивает при высоком уровне содержания его в крови минимальное количество окислительных процессов. И вот это уже – хороший признак, доказывающий правильность протекающих процессов. Как только один из самых серьезных антиоксидантов внутри клеток перестает перерабатываться в пигмент, обеспечивающий цвет волос, его количество становится больше, и клетки соответственно находятся в лучшем состоянии.

### Снег седины в моде

Тем более, что сегодня переживать из-за седины считается как минимум странным. Седина очень многим идет, и практически выходит на пик моды. Мужские волосы с сединой всегда считались признаком аристократичности и мудрости их обладателя. С женщинами сложнее. Несколько седых прядей редко смотрятся красиво, особенно если они расположены непонятно как. Тем не менее, если сделать на волосах блики или полностью окрасить их в платиновый цвет, это нередко украшает женщину.

## Снег седины – признак здоровья - Сам себе трихолог

Автор: Administrator  
28.02.2014 21:06 -

---

Кстати, признаками здоровья являются только проявления изменений цвета волос, если они наступают на четвертом десятке. Более ранняя седина далеко не всегда сопровождается приятными изменениями в организме. Но у людей, что седели около 30, а не в возрасте 50, здоровье обычно крепче.