

Inilah Penyebab Rambut Beruban. Mengingat bahwa perkembangan zaman semakin 'wow', segala sesuatunya bisa didapatkan dengan mudah menjadikan seseorang malas untuk memperhatikan pola hidup yang baik untuk kesehatan tubuh. Ketika rambut sudah beruban barulah muncul kesadaran dalam diri yang pada akhirnya baru memulai perubahan positif.

Banyak anggapan bahwa stres dapat mempercepat faktor penuaan, termasuk tumbuhnya uban lebih dini dari yang seharusnya. Meski beberapa kasus mendukung anggapan tersebut, namun hingga kini belum dapat dibuktikan secara ilmiah.

Remaja yang rambutnya telah tumbuh uban tentu karena beraneka ragam faktor pemicu, berikut ini penyebab uban muncul terlalu cepat (pada usia muda):



• Faktor Usia

Secara alami, berubahnya warna rambut menjadi abu-abu atau putih terjadi seiring dengan penambahan usia atau disebut *achromotrichia*. Ketika usia kita bertambah, produksi

melanin dalam tubuh akan berkurang sehingga menyebabkan munculnya uban. Hal ini diduga disebabkan oleh bertambahnya kerusakan sel karena penuaan.

Biasanya perubahan warna dimulai pada rambut di dalam hidung, disusul rambut pada bagian kepala, jenggot, kemudian rambut di bagian tubuh lain, terakhir rambut pada alis mata.

• Genetik

Penyebab tumbuhnya uban yang satu ini tidak bisa dielakkan. Orang yang rambutnya sudah memutih atau ubanan walaupun usianya masih muda bisa jadi disebabkan oleh faktor genetik. Itu artinya, orang tua atau kakek-neneknya juga mengalami hal yang sama saat mereka muda.

• Kondisi kesehatan

Penyebab Rambut Beruban ketiga. Menderita penyakit tertentu juga bisa menjadi penyebab tumbuhnya uban. Kondisi bawaan atau kelainan genetik seperti albino, yaitu ketika seseorang hanya memiliki sedikit atau sama sekali tidak memiliki pigmen pada rambut, mata, dan kulit sehingga terlihat putih atau pucat.

Selain albino, vitiligo juga dapat menjadi penyebab tumbuhnya uban. Ini adalah suatu kondisi autoimun yang menyebabkan beberapa bagian pada rambut dan kulit mengalami kehilangan pigmen warna.

Baca Juga : [Cara Mengatasi Mimisan](#)

Masalah pada kelenjar pituitari atau pada kelenjar tiroid juga bisa menyebabkan uban. Namun setelah kondisi-kondisi tersebut teratasi, warna rambut bisa kembali normal.

Kekurangan nutrisi dapat menjadi penyebab rambut menjadi lebih halus, tipis, dan rapuh serta berubah warna karena penurunan produksi melanin. Contohnya adalah kekurangan vitamin B12 atau anemia pernisiiosa. Sindrom Werner juga bisa menyebabkan munculnya uban di usia muda.

• Merokok

Merokok dapat menjadi faktor penyebab tumbuhnya uban. Bahkan, ada penelitian yang mengungkapkan adanya hubungan antara merokok dengan tumbuhnya uban di usia kurang dari 30 tahun.

• **Pengobatan**

Penyebab Rambut Beruban terakhir. Pasien yang menjalani radioterapi terkadang rambutnya berubah warna putih, namun akan kembali pada warna asal beberapa waktu kemudian.

Itulah Penyebab Rambut Beruban sobat. Kondisi Kesehatan adalah yang paling penting untuk mencegah rambut beruban.