

Ky dokument nuk është prova. Prova janë bajtët e ruajtur: HTML-ja e faqes, pamja e saj, dhe zinxhiri i hash-eve që i lidh. Kjo dëshmi është paraqitja e tyre, e prodhuar automatikisht. Verifikohet me kodin më poshtë **pa na pyetur ne**.

ARTIKULLI

TITULLI	Kur rënia e flokëve nuk është më normale, ekspertët tregojnë shenjat - Shqiptarja.com
ADRESA	https://shqiptarja.com/lajm/kur-renia-e-flokeve-nuk-eshte-me-normale-ekspertet-tregojne-shenjat
BURIMI	shqiptarja.com
GJENDJA	edited

KOHA

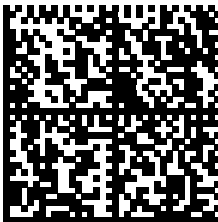
KAPUR NGA NE	4 tetor 2026, 20:40:50 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 300 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	4 tetor 2026, 20:36:10 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	047987b1bbcd8eb386c868be6cc5b13fcb36df4dbc8971befa3f92d685fe3b3
TEKSTI	fe227c88df594a87abef7d4438e82ca00671b1fb59618e37d2f1e13a3a4e7628
PAMJA	a6379c3802e9bb36304ae32f66752e8ef5382b5b1d23b4d82196e2c82285b9ab

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	376a77077589884390c20308f9025428d220cceef64922af83e22328a861d9a83
E MËPARSHMJA	5f881faa797c56c7ac4148cca629c6cf142d649fc354b18674aa326f075f31da
RRËNJA MERKLE	2baa697c294d72f358d95dbf4a51cbd81c911362ab9440beae31b0963792ece3
ANKORIMI	submitted — dërguar, ende pa bllok <i>Deri te blloku, kjo provon integritetin, jo kohën.</i>



SKANOJE PËR TA VERIFIKUAR

Kodi të nxjerr te eksploruesi i STAMLES. Ai regjistër nuk është yni: nëse serveri ynë bie nesër, vula mbetet aty ku është.

Faqja tregon njërën nga tri gjendjet — **nuk u gjet**, **në radhë**, ose **e konfirmuar** me bllokun, rrënjën Merkle dhe transaksionin në Polygon. Krahazo hash-in që gjen atje me atë të shtypur më lart: nëse përputhen, kjo kapje ekzistonte para asaj ore, dhe ne nuk mund ta kishim ndryshuar pas saj.

<https://scan.stamles.eu/verify/376a77077589884390c20308f9025428d220cceef64922af83e22328a861d9a83>

PAMJA E FAQES

Renderuar nga HTML-ja jonë e ruajtur, jo nga rrjeti. **Riprodhon kopjen tonë, jo pamjen e atëhershme:** stilet dhe imazhet e largëta mund të mos ekzistojnë më ose të kenë ndryshuar.

Motori: chromium-stored+assets · dritarja 1280×1024 px



POP 5

Lajmet më të lexuara të 5 minutave të fundit



Zelensky. Po punojmë për një 'Starlink' ukrainas



Lifestyle

Kur rënia e flokëve nuk është më normale, ekspertët tregojnë shenjat

Rënia e flokëve është një proces natyral, por në raste të caktuara mund të lidhet me ndryshime në organizëm, stres, sëmundje apo faktorë të tjerë shëndetësorë.



Foto ilustruese



Redaksia

4 Tetor, 22:28 | Përditësimi: 4 Tetor, 22:36

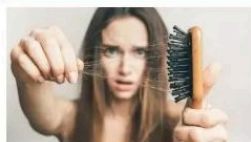
f Share Tweet



Çdo person ka mesatarisht 80 mijë deri në 120 mijë fije floku dhe humb rreth 50 deri në 100 fije në ditë. Kjo konsiderohet pjesë normale e ciklit të rritjes dhe rinovimit të flokëve.

Megjithatë, nëse vëreni se flokët po ju bien në sasi të madhe ose në tufa, kjo mund të jetë shenjë se duhet të konsultoheni me mjekun.

Rënia e flokëve është një proces natyral, por në raste të caktuara mund të lidhet me ndryshime në organizëm, stres, sëmundje apo faktorë të tjerë shëndetësorë.



LEXO EDHE:
Çfarë duhet të konsumoni për të ndaluar rënien e flokëve

Shkaqet rrethimore të rënies së tepërt të flokëve

Rënia e flokëve mund të ndodhë si reagim i trupit ndaj situatave stresuese ose ndryshimeve të mëdha fizike.

Ndër faktorët më të zakonshëm janë:

Lindja e fëmijës;

Fillimi ose ndërprerja e përdorimit të kontraceptivëve;

Rënia e shpejtë në peshë;



Temperatura e lartë;

Rikuperimi pas një operacioni;

Rikuperimi pas një sëmundjeje;

Stresi i madh fizik ose emocional.

Sipas ekspertëve, organizmit mund t'i duhet kohë për t'u rikuperuar pas një situatë stresuese, ndërsa rritja dhe dendësia e flokëve mund të normalizohen brenda gjashtë deri në nëntë muaj.

Shkaqe shëndetësore të rënies së flokëve

Rënia e flokëve mund të lidhet edhe me probleme të ndryshme shëndetësore. Shtatzënia, ndërhyrjet kirurgjikale, rënia drastike në peshë dhe stresi kronik mund të ndikojnë në ciklin e rritjes së flokëve.

Në disa raste, rënia e flokëve mund të jetë edhe efekt anësor i barnave të caktuara, përfshirë disa medikamente kundër depresionit.

Faktor tjetër mund të jetë trashëgimia, ndërsa problemet me tiroiden mund të ndikojnë gjithashtu në rënien e flokëve.

Edhe anemia e shkaktuar nga mungesa e hekurit mund të jetë një prej shkaqeve. Në këto raste, ushqimet e pasura me hekur, si spinaqi, perimet me gjethe jeshile, mishi i viçit dhe fasulet, mund të ndihmojnë në plotësimin e nevojave të organizmit. Ushqimet e pasura me vitaminë C ndihmojnë në përhithjen e hekurit.

Edhe kujdesi i tepruar ndaj flokëve mund t'i dëmtojë ato. Ngjyrosja e shpeshtë me produkte kimike mund ta dobësojë fijen e flokut, ndërsa përdorimi i produkteve si xheli dhe llaku, i shoqëruar me krehje të shpeshtë, mund të rrisë rrezikun e këputjes së flokëve.

Flokët nuk janë vetëm pjesë e paraqitjes së jashtme, por mund të jenë edhe tregues i gjendjes së përgjithshme të organizmit. Nëse rënia është e pazakontë, e menjëhershme ose shoqërohet me simptoma të tjera, rekomandohet konsultimi me mjekun.

Xh.K/Shqiptarja.com

TAG: floke renie e flokeve

Komente

Komento



Ndalohet repretësisht ripublikimi i këtij shkrimi, sipas nenit 80, ligji 35/2016



Sondazhi i ditës:

Përveç autorit, ligji duhet të ndëshkojë edhe kë ka bërë publike videot intime private?

3 Tetor, 19:15

Po

Jo

Nuk e di

Lajme të tjera



Këto 5 zakone të përditshme po i shkatërrojnë flokët tuaj

11 Shtator 2025, 17:28



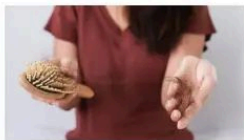
Studimi: Ushqimi ndikon drejtpërdrejt në rënien e flokëve dhe shëndetin e tyre

10 Shtator 2025, 08:15



Çfarë duhet të konsumoni për të parandaluar rënien e flokëve

8 Shtator 2025, 15:40



Kjo pije shkakton rënien e flokëve

28 Gusht 2025, 22:20



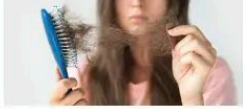
Këto gabime me flokët po të shtojnë 10+ vite në moshë

7 Gusht 2025, 13:27



Si të kujdeseni për flokët gjatë stinës së verës

11 Korrik 2025, 19:20



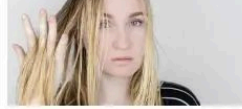
Probleme me rënien e flokëve...çfarë duhet të konsumoni për ta parandaluar

21 Prill 2025, 08:19



Keni flokë të thatë? Ja gabimi më i zakonshëm që bëjmë kur lahem

18 Shkurt 2025, 16:50



Keni flokë të yndyrshëm edhe pas larjes? Ky është gabimi që po bëni

29 Nëntor 2024, 14:46



Flokë të shëndetshme dhe me shkëlqim, ja ushqimet që duhet të konsumoni

26 Nëntor 2024, 14:49



Çfarë mund t'u ndodhë flokëve tuaj nëse nuk i lani rregullisht?

25 Korrik 2024, 20:29



Pse nuk duhet t'i lajmë flokët me ujë shumë të nxehtë?

18 Prill 2024, 12:49

[Kodi Etik](#)

[Kontakt](#)

[Rreth Nesh](#)

[Raportoni Ju](#)

[Puno me ne](#)

[Shqiptarja.com]

Kërko



© 2011 - 2026 Shqiptarja.com - Ndalohet riprodhimi i paautorizuar i kesaj faqeje

Pamja këtu është e ri-koduar për ta futur në dokument. Artefakti autoritar është skedari WebP i ruajtur, dhe hash-i i tij është ai i shtypur te faqja e parë — pra dallimi është i verifikueshëm, jo i fshehur.