|  |  |
| --- | --- |
| 衛教資訊  **新竹馬偕紀念醫院** | **美容性問題：頭髮問題** |
| 地址： 30071新竹市光復路二段690號電話： 03-6889595分機6293 | **修訂: 2021/05/24**  **皮膚科** |
| ．健康諮詢專線：03-5745098 週一～週五 上午9:00~12:00  下午14:00~17:00 例假日休息．語音掛號電話：03-5166516 ．人工掛號電話：03-6118866 週一~週五上午8:00~17:00  週六上午8:00~12:00 | 新竹馬偕new logo-20160801-黑字.wmf **(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.**  **馬偕紀念醫院 著作權所有，並保留一切權利** |

**Ｑ：**我是一個20歲的男生，由於小時候有一些怪僻(是常常會把頭髮捲在手指上，然後頭髮會變成死結之後拔下來)，所以導致毛髮稀少。這種習慣直到升高中時才改過來，但為時已晚。現在雖然頭髮不會說嚴重到禿頭的程度，但是跟一般的人相比，已經是明顯的毛髮稀少了，這種情形讓我每次看到別人濃密的毛髮，就會很羡慕。而且一想到我現在才20歲就已經這樣了，十年之後一定是個大禿頭，想到這就讓我憂心不已。各位醫師，請您教教我，該怎樣才能促進毛髮增加呢?我現在只是頭髮稀少，但不是禿頭，一般市面上的生髮水有用嗎?之前我的習慣是拔頭髮，頭髮還會再生長嗎?希望各位醫師解決我的困感?!!感激不盡!!

**Ａ：**只要您不再拔頭髮, 正常人頭髮的減少是十分緩慢的, 一般來說, 出生時約有10~12萬根頭髮, 到老年人大多仍保有8萬根頭髮, 不用太過擔心。但如果您有家族性的遺傳,或因其他疾病導至落髮則另當別論。要使用生髮水, 先至皮膚科專科醫師處檢查, 他們會告訴您適合的生髮水。

**Ｑ：**我今年27歲, 女性, 於大約17歲開始大量落髮,一直找不到原因,看了許多科(新陳代謝科,內科)中醫也做了檢驗仍找不出原因,直到近三個月去看皮膚科醫生開女性賀爾蒙,但落髮情形未見改善.目前我的頭髮似乎掉了就很少長.偶爾長出的幼髮也是很容易掉 有人說是貧血 有人說是壓力引起請醫師們能夠告訴我該去看那一科,那位醫師,可以解決我的大煩惱.感激不盡,謝謝。

**Ａ：**落髮有許多原因, 如貧血, 螺旋體感染, 甲狀腺功能異常, 自體免疫疾病, 雄性禿, 圓禿, 休止期落髮, 頭癬...等等, 您應前往醫院找皮膚科專科醫師為您檢查. 一般落髮的正統治療並不使用女性荷爾蒙。

**Ｑ：**請問大夫：我是男性，26歲，待業中，我覺得我掉頭髮滿誇張的，每天洗頭時手上都是頭髮，數一數

平均都有25多根(有髮根)，我的床上也是頭髮還不少，我家地上也很多我的頭髮，掉的我很害怕。這是

身體有問題嗎？(我的頭髮留的比較長一點)我家族沒有人禿頭阿,我每天洗頭，都怕了，清理家裡的吸塵

器發現還真的調得很誇張;最近感覺頭髮變稀疏了。已經一段時間了，最近比較嚴重該著麼辦？什麼原因?

**Ａ：**東方人平均有10~12萬根頭髮, 每日落髮在100根內都算正常, 洗頭時更可能有300~400根頭髮掉落。若自己感到頭髮掉落增加, 且已看到稀疏的頭皮, 就一定要就醫了; 落髮有許多原因, 如貧血, 螺旋體感染, 甲狀腺功能異常, 自體免疫疾病, 雄性禿, 圓禿, 休止期落髮, 頭癬...等等, 您應前往醫院找皮膚科專科醫師為您檢查。

**Ｑ：**醫師您好,我是一個19歲的學生,但我確有掉髮的情形(平均一天掉50~60根）,我很擔心會禿頭,請問醫師：

1.這樣正常嗎?

2.為何頭髮會脫落?

3.要如何改善?我有熬夜習慣,有影響嗎？

4.能從飲食改善嗎？

希望醫生能替我解答幫助,謝謝。

**Ａ：**東方人約有10~12萬根的頭髮, 頭髮有自然生長周期, 約4-5年會進入休止期而自然掉落, 但皮膚內的毛囊經過一段休息後會重新長出新的頭髮, 一個人頭上約有1%的頭髮處於休止期, 因此每天掉100根以內的頭髮是正常的. 若落髮很多一天超過150~200根, 或已清楚看到頭皮, 就必須就醫, 因落髮有許多原因, 如貧血, 螺旋體感染, 甲狀腺功能異常, 自體免疫疾病, 雄性禿, 圓禿, 休止期落髮, 頭癬...等等, 您應前往醫院找皮膚科專科醫師檢查。

**Ｑ：**請問雄性禿有沒有辦法治?去藥局買落健5%的成份下去泡酒,然後滴在頭髮上是否可以?步驟如何?是用酒精泡嗎?

**Ａ：**雄性禿目前內科治療方式以外用Minoxidil(即落健, 有2%, 5%兩種濃度)較有科學根據及一定的成功率。外用藥物的使用有塗抹, 噴霧等不同方式, 由於廠商的設計不同, 請遵照說明使用, 不要自己發明或道聽途說, 用一些異想天開的方式使用。此外口服propecia(1mg finasteride)也有很好的治療效果。

**Ｑ：**我是一位22歲的學生! 最近發現頭髮有愈來愈少的感覺所以請教有關此方面的問題: 請問吃"proscar"(好像是治攝護腺肥大用) 是否對防止繼續掉髮,及再生新髮有幫助? 是否會對性器,或生育方面有不良影響? 肯請賜教,不甚感激!。

**Ａ：**落髮與許多因素有關, 如貧血, 甲狀腺功能異常, 螺旋體感染, 雄性禿, 圓禿, 頭癬等, 其治療方式均不同.

只有雄性禿以finasteride治療才會有效, proscar為5mg的finasteride, 用於治療攝護腺肥大, 治療雄性禿只需

使用1mg finasteride, 目前衛生署於88年10月才核准上市, 目前沒有健保給付。根據目前的文獻報告, 約

2%的患者在服藥當中會有性慾降低或性功能減退, 但停藥後即可恢復。您應先至皮膚科專科醫師處診治,

先確定落髮的原因再決定治療的方式。

**Ｑ：**我想請問一下醫生 我是個20歲的學生 我有一個煩惱就是頭上一直生出白頭髮 我不知道要如和解決只有一直染頭髮想要蓋過去連髮根都是白的 拔到生出來好像也是白的 家人都沒有這種問題, 請問醫生應該如何解決呢 如果去看醫生應該看什麼科呢 謝謝。

**Ａ：**白頭髮是體質的問題, 由於毛囊中已無黑色素細胞, 因此生長出的頭髮均不含色素。染髮只能染露出頭皮的部位, 新長的頭髮仍是白色的, 因此須定時的染髮。白頭髮目前並沒有理想的治療方法, 如果可以接受此一體質, 並不需要找醫師。

**Ｑ：**後腦有鬼剃頭現象以發現約快三個月了,約有六公分大小, 不知會自己好嗎？大約會持續多久？

**Ａ：**大部份鬼剃頭現象(圓型落髮症)會在半年內痊癒。 但若持續有新的落髮處出現, 或落髮速度太快, 或復原速度太慢, 應至皮膚科專科醫師處診治, 治療方面可用局部外用藥或局部注射。

* 新竹馬偕紀念醫院，關心您的健康。