

日本教授研究脱发 30 余年 坦言“该秃还是会秃”

这类脱发与雄激素有关

阅读提示

一般来说,脱发是正常现象,正常人每天会脱落约 70-100 根头发。不过,如果平均每天掉的头发超过 100 根,并持续 3 个月以上,就要及时求医了。

近日,一张社交网站推特的截图在微博及微信朋友圈再度流传,内容是号称“日本研究秃头第一人”的日本大阪大学板见智教授,在 NHK 广播《脱发的科学》节目中问答对话,其中心思想只有一句话:该秃还是会秃。

不少网友转发的同时更好奇,“秃”这件事情,真的是命中注定不可更改吗?而近年来,脱发烦恼的主力人群也在不断年轻化,媒体总结的无论是“2018 年健康关键词”还是“2018 奇葩健康新闻”中,“90 后脱发”均榜上有名。

00 后脱发患者已经出现在门诊中

无论是 90 后歌手毛不易成为霸王防脱发产品代言人,还是前段时间引起热议的“徐峥 20 多岁就已秃顶”话题,脱发年轻化、英年早“秃”已成了不少年轻人不可言说的痛。

“我接诊的最年轻脱发患者,17 周岁的男生,标准的 00 后,就在去年上半年碰到的。”从事整形美容外科临床工作 8 年,浙大一医院医学美容科毛发移植专家祝飞医师也一路见证了脱发主力军年龄的更迭,从最早的 40 多岁的中年男性为主,到现在 90 后成为主力大军,甚至 00 后也出现在了门诊中。

为什么这么年轻就出现脱发?祝飞说,脱发原因有很多,其中雄激素遗传性秃发是最主要的脱发原因,大约 60% 的患者因此脱发;其次是现代生活环境,比如需要接触化学物品的工作;再次是不良生活习惯,熬夜、精神压力大、昼夜颠倒等都是脱发诱因。

“抛开环境因素、不良生活习惯等不正常因素不谈,如果确诊是雄性激素性脱发,确实该秃还是会秃。”

祝飞解释,毛发与荷尔蒙关系密切,男性荷尔蒙其实对毛发生长是一种反作用。当雄激素经生殖腺分泌后,由血液循环到达头皮毛囊细胞,会形成一种叫双氢睾酮的物质,它会导致毛囊微型化,毛干变细,最终使毛发进入休止期,因此被称为“毛囊杀手”。

脱发有没有药物可以预防抑制?“有的。”祝飞肯定地回答,但她强调,这仅仅针对雄激素性脱发,能够抑制双氢睾酮的活跃,从而延缓甚至阻止脱发。这种药物干预方式可以使得脱发程度减轻,进程减缓。而且,这类药物对于生育并没有影响,可以放心使用。

头发轻轻一扯就掉落时要当心脱发

一般来说,脱发是正常现象。正常人每天

会脱落约 70-100 根头发,不过每天也会有大约等量的新生头发“发芽”,总量上来说,我们的毛发始终处于一个平衡状态。

不过,如果平均每天掉的头发超过 100 根,并持续 3 个月以上,就要及时求医了。

那么问题来了,洗头、梳头的时候,我们常常能见到手上和梳子上掉落的毛发,又如何确定掉的头发有没有到 100 根呢?

“其实这不难判断,举例来说,女性有时候整理发型会直接用手,或者随意地撩头发,此时若手上留下了大量头发,说明掉发比较严重了。男性则更简单了,看发际线位置,逐渐往上跑了,就要留个心眼。”

祝飞还提了一个小方法来测试,“拉发实验”:用手拉住一小撮头发(40-60 根),轻轻拉动,如果头发很轻易地被扯断扯下来(超过 5 根),说明毛发营养不足,要当心脱发的可能性,最好及时就医干预,确诊是否脱发。

民间有不少生发偏方,比如生姜抹头皮等,对此,祝飞表示,这类偏方包括生发洗发水等产品,主要是刺激头皮微循环,提供毛囊营养,可能存在一定作用,但也仅仅是辅助作用。最好还是及时就医干预,以免后期脱发严重,毛囊供应区缩水,无法进行植发手术。

据《每日商报》

