

男性 30 而禿?!-不到兩成掉髮男士有正確治療觀念

[發表醫師] :鄭國良 醫師(皮膚外科美容中心)

[發布日期] :2005/1/6

一般而言，遺傳性掉髮(雄性禿)多半開始於 25-35 歲間，但臨床上則因人而異，理論上青春期後有雄性荷爾蒙分泌,就可能出現雄性禿。雄性禿的致病機轉主要和遺傳及雄性激素有關。大部份雄性禿患者有家族病史多來自直系親屬的遺傳，也可以是隔代遺傳。至於雄性激素是如何影響雄性禿的產生呢？在頭皮有 5 α 還原酶，可以把血液中的睪固酮 (testosterone) 還原成有活性的 DHT (二氫睪固酮)，DHT 再作用在毛囊上，使毛囊退化萎縮，頭髮生長減慢，髮量減少，形成雄性禿。

一項針對台灣地區一千三百名有掉髮困擾的男性進行問卷調查，結果發現，在台灣有掉髮的男士，約 60%其開始掉髮的年齡小於 30 歲。“工作、學習過於辛勞、壓力大是掉髮年齡提前的主要原因，這種現象在白領男性中更加明顯。”事實上，很多 35 歲以下的掉髮患者因為形象問題已經影響了求職和升遷，有一部分男士甚至在擇偶方面也遇到了困難。

在治療掉髮的積極度上，臺灣近三成(27%)掉髮狀況的男性在半年內會採取行動，其中約 32%會尋求專業醫師的治療，如以調查人數、採取行動及去皮膚科就診的比例算起來，選擇去看皮膚科醫師的男性僅有 5%。換句話說，有許多男性不清楚醫學治療及非醫學治療的方式，往往費時費力又花錢，不僅沒有解決落髮問題，甚至還延誤最佳治療時間。

一直從事遺傳性掉髮(雄性禿)治療的萬芳醫院雷射外科中心鄭國良主任指出，“遺傳性掉髮是有醫學實證的方法來治療的，最早是 Minoxidil 生髮水，功用是促進血液循環及刺激毛囊。但它的作用機轉與 DHT 無關，不能保護毛囊避免被 DHT 攻擊，對早期輕微患者效果較佳，長出來的也是較短小的細毛為主。目前市面上另有口服藥可抑制 DHT，只要患者接受正確、及時的治療，雄性禿患者有機會不再掉髮和再生新髮。

治療掉髮一定需要先找皮膚科醫師診斷，確認掉髮原因，而且愈早治療，效果也愈好。本院一案例林先生，雖然很早就發現自己有掉髮問題，但以爲是工作壓力大的關係，一直沒有採取行動，過了快一年的時間，發現掉髮問題還是沒有改善，最後在同事的建議下到皮膚科治療，現在不再繼續掉髮，前額髮線也不再繼續往後退。林先生在選擇治療方法上完全沒有嘗試其他偏方或廣告產品，他認爲有醫學實證的治療比較值得信賴，治療效果及成本也會比較有效益。有些患者自行處理問題，根據坊間廣告選購各式治療掉髮的產品，由於不瞭解掉髮的原因不同，因而延誤治療時機，等到頭髮掉得差不多了才到皮膚科來就診，反而增加治療困難度。有些患者自行處理問題，根據坊間廣告選購各式治療掉髮的產品，由於不瞭解掉髮的原因不同，因而延誤治療時機，等到頭髮掉得差不多了才到皮膚科來就診，反而增加治療困難度。

坊間對抗禿髮的偏方千百種，例如使用生薑、大蒜、粗鹽塗抹等偏方，然而，這些非正規療法未必真能達到促進頭髮生長的效果，卻很有可能因爲刺激引發頭皮紅腫或過敏等副作用，故切勿使用來路不明或是未經醫學證實的偏方，應儘早尋求皮膚科醫師的協助以免延誤治療時機。

注 1: 關於雄性禿

雄性禿的致病機轉主要和遺傳及雄性激素有關。大部份雄性禿患者有家族病史，多來自直系親屬的遺傳，也可以是隔代遺傳。至於雄性激素是如何影響雄性禿的產生呢？在頭皮有 5 α 還原酶，可以把血液中的睪固酮（testosterone）還原成有活性的 DHT（二氫睪固酮），DHT 再作用在毛囊上，使毛囊退化萎縮，頭髮生長減慢，髮量減少，形成雄性禿。理論上，青春期後有雄性激素的分泌，患者的雄性禿症狀就可能開始產生，但也有人是在中年後才產生症狀的。口服藥 finasteride 1mg 可以阻斷 5 α 還原酶、降低 DHT 濃度，避免毛囊萎縮，逆轉禿髮過程預防落髮，進而導致頭髮生長。

注 2: 關於 finasteride 1mg

finasteride 1mg，中文商品名為“柔沛”，其並不適用於兒童病患或婦女。孕婦或可能懷孕的婦女不應碰觸壓碎或破損的柔沛錠劑，因為可能會導致男性胎兒外生殖器異常。

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。