

■ 我的頭皮太油會導致掉髮嗎？

許多人誤以為毛孔阻塞會阻礙頭髮生長，因此才会有頭皮太油會導致掉髮的迷思。但其實，毛孔阻塞頂多引起粉刺或毛囊炎，頭髮仍舊會生長

■ 血液循環不良跟掉髮有關嗎？

掉髮的主要原因是因為DHT(二氫睪固酮)造成毛囊逐漸萎縮，進而影響毛囊周圍纖維化、導致血流供應減少，因此這樣的說法其實是倒果為因的

■ 常戴帽子、安全帽會不會讓掉髮更嚴重？

有人說戴帽子或安全帽會讓毛髮吸收不到空氣而更容易導致掉髮。這樣的說法其實是錯誤的，因為頭皮上的毛髮是死的組織，養分的供應必須靠毛囊從血液中獲得，因此戴帽子或安全帽並不會影響養分的吸收

■ 掉髮跟所使用的洗髮精有關聯嗎？

洗髮精的功效在於清潔頭皮與毛髮，只會影響髮質的好壞，並不會影響毛囊，因此洗髮精的種類跟掉髮並不相關

■ 天天洗頭跟梳頭會不會讓掉髮會更嚴重？

洗頭或梳頭經常是人們一天之中最容易發現掉髮的時刻，這些時候所掉下的頭髮，是本來就預計掉下的，因此不需擔心洗頭或梳頭會導致掉更多頭髮

■ 很多人都說淋到酸雨容易禿頭，是真的嗎？

人體正常肌膚PH值偏酸，而一般酸雨的定義為PH值小於5.6的雨水，因此除了可能對肌膚、頭皮造成刺激外，不至於造成頭皮下的毛囊受損，影響掉髮

■ 聽說塗生薑在頭皮或是服用女性荷爾蒙可以治療禿頭，真的有效嗎？

這些說法並沒有醫學上的根據。目前被證實有效的治療藥物為抑制DHT生成的口服藥(成分為Finasteride)與局部使用的生髮水(成分為Minoxidil)

■ 我目前有使用口服柔沛與生髮水，也看到一些效果，還要再用多久呢？

服用這類藥物是否要注意什麼事情？

不論口服藥物或局部使用的製劑，其生髮效果若要維持，就必須長期使用，否則生出的毛髮會再度掉落。需注意的是，孕婦或正在哺乳的母親禁用這類口服的藥物(finasteride)，因其可能導致畸胎及通過乳汁進入嬰兒體內；此外，finasteride也可能經由皮膚吸收，因此孕婦或正哺乳中的母親也不要替先生撥半或磨粉

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。