

頭髮生長週期分為成長期、衰退期及休止期。毛囊成長期約2至5年，繼而進入衰退期，此時頭髮會停止生長。1至5星期後進入為期3個月的休止期，頭髮會自動脫落。毛囊充份休息後會回到成長期，生長週期周而復始地循環不息。

一般人每天平均脫落50至100根頭髮。

## 脫髮的成因

- 家族遺傳。
- 女性分娩後，會因生理變化而引致脫髮。一般為暫時性，營養補充後，脫髮現象一般會得到改善。
- 壓力導致精神緊張，睡眠不足，令血液循環不正常。
- 經常不洗頭，以致頭皮及污垢過多，阻塞毛孔，或皮脂及毛根萎縮。
- 免疫系統紊亂、急性傳染病或內分泌失調等。
- 飲食不均勻，長期缺乏某種營養而引致營養缺乏症。
- 長疤脫髮：皮膚表皮層有肺結核菌、生癬或患紅斑狼瘡，引致結疤脫髮。
- 服食免疫系統抑制劑。

## 常見的脫髮種類

### 男性型脫髮 Male Pattern Hair Loss

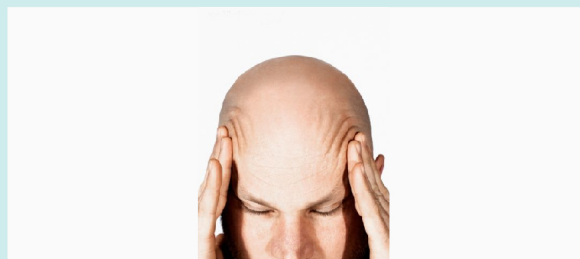
男性最常見的脫髮現象，與遺傳有關，會於男性青春期後任何年齡階段出現。患老髮線由前額往後移，如髮線進一步後移，光禿部份亦不斷擴。最終只餘下環繞頭部兩側及後方的一圈頭髮。

### 斑禿 Alopecia Areata

俗稱鬼剃頭，患者頭部部份脫髮，頭髮一般會於幾個月後重新痊癒。少數患者的脫髮範圍會擴大，令全身的毛髮脫落，而不會重生。斑禿的成因仍未能確定，可能由多種原因形成，包括遺傳、敏感或身體免疫系統反應，精神壓力亦是導致脫髮的原因之一。

### 休止期頭髮猝落 Telogen Effluvium

大量毛囊突然提早進入休止期，使頭髮變得稀薄。此現象主要由於營養不良，大病或手術後，服用藥物，經歷嚴重精神壓力或分娩後。頭髮會於3至6個月後重新。



## 治療方法

### 藥物治療

坊間大部分生髮產品的效用其實並無足夠科學根據。而註冊西醫處方的治療脫髮藥物，常見的有Finasteride 和 Minoxidil 兩種。前者為口服，後者則為外塗。這些藥物一般可減輕脫髮的情況，有些病人甚至能長出較濃密的頭髮。(註：口服藥物 Finasteride，女性並不適用。)

### 手術治療

這是一種精密的整容外科手術。旨在將患者長有頭髮的頭皮，移植到禿頭的位置。詳情請向你的醫生查詢。



明心醫務中心有限公司  
ActiveCareMedics Limited

電話：2311 2838 傳真：3020 8797  
電郵：ACM@ActiveCareGroup.com  
網址：www.ActiveCareGroup.com