

518护发日，皮肤科喊你来做检查啦！

台州市立医院 2023-05-12 17:27 发表于浙江

—— 点击蓝字，轻松关注   ——



那么爱脱发，上辈子是个蒲公英吧！
这么多年能坚持下来的，只有脱发
黑夜不会亏待晚睡的人，它会让你脱发
.....

脱发是当下社会广泛关注的严峻问题，调查显示，我国大约2.5亿人正遭受脱发的困扰，且脱发年龄正在下沉。还有更多的人承受着头屑、头痒等多种头皮健康问题。“头顶大事”迫在眉睫。

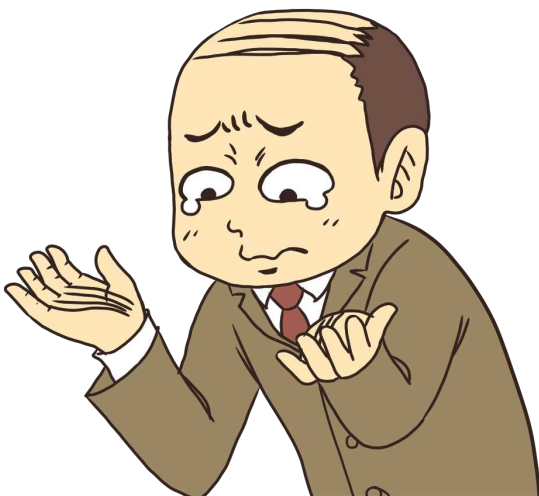


脱发的常见问题

脱发是指各种因素引起头发脱落的现象。**正常情况下，每天掉落约 50~100 根头发。**但如果脱发量远远超过这个数，极有可能出现轻微甚至十分明显的秃头，影响容貌。

<https://mp.weixin.qq.com/s/gtraiqGABgkMTAqMdwVouw>

1/4



导致脱发的常见因素

// 01 遗传因素

遗传因素是雄秃的主要原因，如果家族中有秃发的人，那你发生脱发的概率会明显增加。

// 02 激素水平

体内雄性激素水平增高会导致头发变细软和稀少。

// 03 营养不良

挑食或减肥会导致缺乏维生素和蛋白质，从而影响头发健康。

// 04 某些疾病和治疗

常见甲状腺问题、自身免疫性疾病、化疗等也会导致脱发

// 05 精神状态

长期处于精神紧张和压力状态下会导致免疫失调，影响头发健康

如何预防脱发

1

精神方面：要保证充足的睡眠和休息，平时要保持心情舒畅，避免过度紧张焦虑。

2

饮食方面：要均衡饮食，忌烟酒、辛辣刺激油腻食品，要摄入充足的维

生素和微量元素，多吃蔬菜、水果以及优质蛋白质，以保障头发生长所必需的营养物质供应。

3

平时可以多按摩头皮或者叩击，促进头皮的血液循环。

4

应避免过度烫染头发。

脱发了怎么办

及时就诊

如果出现了脱发性疾病的症状，应及时到医院就诊，明确是哪种类型的脱发，尽早使用药物控制，防止脱发的进一步加重。

外用药物治疗

米诺地尔酊是指南中男女防脱生发的首选推荐。通过对头部毛囊离子通道的调节，激活毛囊，促进休止期毛发进入生长期。安全性好，疗效确切，也可以配合使用生长因子和中草药提取物。

口服药物治疗

对于男性雄激素性脱发，可在医生指导下口服非那雄胺治疗，其通过特异性抑制Ⅱ型5 α 还原酶，进而减少双氢睾酮（DHT）的生成和对毛囊的破坏。

女性的雄激素性脱发可口服螺内酯拮抗雄激素，从而减缓脱发的进展，促进毛发再生。

物理治疗

包括低能量激光生发治疗、植发等中药提取物导入治疗等。

毛发移植

毛发移植是将脱发区域（如后枕部）的毛囊提取并处理后再移植到脱发区域，以达到毛发生长、外形美观的效果。

要注意的是由于被提供毛囊需要来自自己的毛发供体区域，可作为移植毛囊的数量是有限的，因此脱发面积不能太大，且植发前后均需药物维持治疗。



好消息 | 5.18护发活动

活动时间：5月18日（周四）下午2点-5点
活动地点：1号楼门诊5楼皮肤科
活动内容：提供皮肤镜免费检测（**仅限10名**），并有科普资料和惊喜小礼物哦
先到先得，送完为止！
走过路过，不要错过！

||||

供稿 | 皮肤科 胡雅玉
编辑排版 | 宣传统战部
审核 | 胡雅玉 李皖生



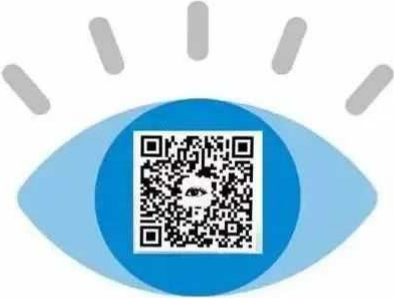
台州市立医院微信公众平台



敬畏生命 追求卓越



台州市立医院眼科中心公众平台



敬畏生命 追求卓越