

一直掉頭髮 我會禿頭嗎？

植髮中心主治醫師 詹融怡

「醫師，我一直掉頭髮，洗頭髮後頭髮一把一把地掉。如果把頭髮往後梳紮馬尾，現在只剩一半的量了。」

「我爸爸有地中海禿頭，髮線也往上禿，我會不會也禿頭?!.....可是我現在才 20 歲耶，怎麼辦？」

「我從停經前一兩年就開始掉髮，頭頂的頭皮越來越明顯，我都是去髮廊洗頭，每次請設計師幫我吹頭髮，就是要能遮掩住頭皮，看能不能看起來髮量多一點。這一陣子，越來越遮不住了。醫師，我不想戴假髮，該怎麼辦？」

診斷掉髮，首先必須區分是非癩痕性掉髮(non-scarring alopecia) 或是癩痕性掉髮(scarring alopecia)。除了用毛髮顯微鏡觀察之外，必要時需要頭皮切片及病理檢查來確定診斷。常見的非癩痕性掉髮原因包括：圓形禿，壓力性落髮，產後禿髮，老年掉髮，缺養性落髮，瀰漫性禿髮(藥物.內分泌.疾病等)及遺傳性(雄性禿) 落髮。非癩痕性掉髮的毛孔毛囊還在，掉了的頭髮有機會再長回來。癩痕性掉髮的毛孔毛囊已經變成永久性疤痕，掉的頭髮不會再長回來了。不同原因的落髮其治療對策也不同。

最常發生的禿頭類型就是所謂的「**雄性禿**」，影響雄性禿的決定因素主要是遺傳、雄性激素以及年齡這三項。雄性禿屬於多基因 (Polygenic) 自體顯性遺傳，雄性禿並非女性專利，男性及女性都有機會受到影響，而且要到青春期之後才開始慢慢表現出來。

目前醫學上被公認的治療雄性禿方法為-外用 minoxidil 生髮藥水、口服藥 finasteride、及植髮

外用 minoxidil 生髮藥水

落健生髮水主成分 minoxidil，原是治療高血壓的藥物，卻意外被發現能夠促進毛髮生長，原理可是促進血液流動，。minoxidil 生髮水濃度有 2%和 5%二種，男性或女性雄性禿均可使用。

口服藥 finasteride

目前唯一美國食品藥物管理局(FDA)核准治療男性雄性禿的口服藥物只有柔沛 (finasteride 1mg)，主要作用是抑制第二型 5α 還原酶，降低血液中 DHT 的濃度。根據一項國外五年的長期臨床研究顯示，90%服用 finasteride 1 mg 的患者能停止掉髮；約六成五的患者可再生新髮²。

柔沛的副作用是約 1% 的人會有性慾降低等問題，但只要停藥，症狀就會消失，並不會造成不孕。

根據頭髮的生長週期，無論是外用或口服，療效約為三～六個月停止落髮，六～十二個月長出新頭髮，且越早治療效果越好

植髮手術

是把禿髮者後腦枕骨部位的毛髮，用手術方式將頭皮的毛囊分離，再移植到頭頂禿髮的部位。植髮是移植自己的頭髮，靠著分配頭髮的密度，達到美化的目的。它只是把頭髮搬移到禿髮區，並不能增加頭髮總量。雄性禿的範圍很特別，掉髮的部位大都局限在前額、頭頂，然而掉髮不論多嚴重，都會留下後枕部及耳後，形成半圈的頭髮(如右圖)，稱為安全環。這些部位的頭髮不受到男性荷爾蒙代謝及 DHT 的影響。

哪些人可以做植髮？

1. **雄性禿髮症**：頭髮移植最主要還是治療雄性禿，適合的年齡是 20-50 歲，必須要禿髮控制穩定再來進行，一般需要移植 1000 到 1200 顆毛囊。根據國外經驗，不只男性雄性禿，連女性雄性禿的病人都可接受植髮，但術前需經醫師評估
2. **癩痕性禿髮**：外傷、手術等留下之永久性禿髮疤痕，可以做頭髮移植修飾。
3. **治療無效之圓型禿**：圓型禿大部份會再生長，但若長期不長頭髮的穩定圓型禿可考慮植髮。
4. **眉毛、睫毛移植**：先天稀少或後天缺失，可以靠植髮彌補，但是需要每天修毛。
5. **其他**：如胸毛、美人尖、鬢角、陰毛等局部修飾

治雄性禿未來的展望

除柔沛外，新一代口服的 5α -reductase 抑制劑（如 Dutasteride）正在進行臨床試驗，希望達到更有效更持久效果，但目前只有韓國核准。另外毛囊幹細胞或真皮乳突細胞療法也是未來很有潛力的發展方向，與傳統植髮不同是不須「拔一根插

一根」(傳統植髮整體髮量不變只是乾坤大挪移而已)，毛囊幹細胞或真皮乳突細胞增生療法是取少數毛囊幹細胞再體外培養成上百上千的毛囊細胞再種回禿頭區，想種多少就培養多少。

面對掉髮的問題，最重要的還是先請皮膚科醫師確定診斷。及早診斷、及早治療才可達到好的效果。