

落髮是門診很常見的疾病，在正常毛囊的生長週期狀況下，一般人每天會有50~150根頭髮因處於毛髮掉落期而落髮，但若落髮速度太快、數量太多、落髮現象日趨嚴重，便造成異常落髮或稱為禿頭，落髮的原因非常多，發現落髮的情況時，首先要注意落髮型態和生活習慣，包括：全部毛髮變細、感到髮量變少而開始脫落；前額髮際向後退縮(形成明顯的M字型)，頭頂日益稀疏；洗髮梳頭的時候發現頭上禿了一塊(通常是圓形)；或者是頭皮有些搔癢泛紅的情形，其他方面包括家族史(家裡有人有雄性禿，自體免疫疾病)，飲食狀況，工作及環境壓力，體重變化，營養狀況，生理期，有無頭暈心悸、手抖等等症狀都可納入落髮的鑑別診斷中。

接下來就常見原因介紹：

1. 雄性禿：是異常落髮最常見的一種型態，而遺傳及賀爾蒙變化則是造成雄性禿的最主要原因，有家族史的人產生雄性禿的機率也會增加，男女都可能發生喔！男性以”地中海”和”退縮髮際線”表現，女性則是頭頂稀疏表現，青春期後男性產生大量的雄性荷爾蒙(睪固酮)被5-alpha還原酶轉換成DHT(二氫睪固酮(dihydrotestosterone))，對毛囊產生強大的破壞力，因此使用5-alpha α 還原酶抑制劑治療可以獲得改善，此類口服藥物以柔沛(Finasteride)為主。另外，亦可外塗2~5% minoxidil，但需要6~12個月才能有較明顯的成效。
2. 圓禿的型態表現為頭髮突然出現一或多塊界限明顯、圓形、數公分大小的落髮區域，頭皮顯得光滑，又稱為”鬼剃頭”，可能跟自體免疫疾病有關，可在頭皮打類固醇針劑，也可以外塗類固醇製劑。
3. 休止期落髮也是常見原因喔！可能在身心壓力較大的時候產生，包含開刀、懷孕、情緒緊張、工作壓力大、憂鬱心情，甚至激烈的減重、貧血、甲狀腺機能低下時都可能發生這樣的情況，這時最重要的是找到根本原因，先治療疾病(如貧血、甲狀腺機能低下)，改善生活習慣和飲食後一般是可以慢慢恢復的。
4. 另外，若頭皮有搔癢或發紅的情況也可能是感染造成的落髮，可能是細菌感染也可能是頭癬引起，若能用抗生素或抗黴菌製劑控制好感染，也能得到改善。脫髮時間一旦拖久，毛囊髮根都萎縮了，再好的藥也回天乏術了，您是否也有落髮的困擾呢？如果有這樣的情況還是要趕快去求診找到原因才能對症下藥喔！