

别人脱单我脱发， 带你打响护发保卫战

文 | 吴晓琰



秋冬季节，不少朋友们的头发似乎也像落叶般越掉越多，这样的情况真的正常吗？

脱发是什么原因引起的？它有哪些类型？究竟又该如何防治呢？

脱发是指头发脱落的现象，包括自然脱落和由于各种原因导致的病理性脱落，我们的头发每天都有脱有生，处于动态平衡。

如果每天脱发在 100 根以内基本上是正常的，属于新陈代谢状态下的生理性脱发，但每天头发脱落数量超过 100 根时，那就必须得引起重视了。

脱发的类型

雄激素性秃发

又称脂溢性脱发，是一种发生于青春期和青春期后的毛发进行性减少性疾病。在男性主要表现为前额发际后移和（或）顶部毛发进行性减少和变细，也称为男性型秃发。

在女性主要表现为顶部毛发进行性减少和变细，少部分表现为弥漫性头发变稀，发际线不后移。称为女性型秃发。

斑秃

头部突然出现圆形或椭圆形的脱发斑。最初为小片脱发区，一片或几片，无自觉症状。少数病人在短期内头发可全部脱落，故称全秃，如体毛亦脱落，则称普秃。

产后脱发

主要表现为前额、发际线部位出现脱发，约 35%—45% 的产妇在产后 3 个月左右出现上述症状，也可见于产后 7 个月左右。

产后脱发属于休止期脱发，是一种生理现象，与产妇激素水平、精神因素及生活方式变化有一定关系，其严重程度一般与胎次成正比。



感染性脱发

由于真菌等病原体的感染而造成的脱发称为感染性脱发。部分去除病原体后，毛发生长可逐渐恢复正常。部分病原体感染产生慢性炎症，毛囊遭到破坏，将造成永久性脱发。

药物性脱发

某些药物如免疫抑制剂、砷剂、抗抑郁药、高血压药等药物可影响发根部毛母细胞的功能，导致脱发。

抗肿瘤的化疗药物可杀死或抑制包括肿瘤细胞在内的所有快速分裂的细胞，包括处于生长期的毛母细胞，所以接受化疗的患者大部分会出现脱发。

营养性脱发

因体内缺乏某些营养元素或者摄入过量糖、盐、硒等元素，以及某些代谢性疾病如精氨酸琥珀酸尿症、高胱氨酸尿症等造成的毛囊营养代谢性障碍，从而导致毛囊萎缩引起脱发。营养均衡、代谢纠正后头发可逐渐恢复正常。