

抗禿大作戰：

淺談

常見落髮疾病和治療

皮膚科
方煒程 醫師



圓禿

圓禿俗稱「鬼剃頭」，是一種自體免疫疾病，致病機轉為免疫系統攻擊毛囊而導致落髮。臨床表現為突發性圓形硬幣般大小的塊狀掉髮，頭皮最先發作且最常見，但其實身體任何體毛(眉毛、腋毛及陰毛)皆可能發生。圓禿治療著重於抑制免疫系統攻擊毛囊，傳統治療包含局部注射類固醇、外用或口服類固醇及免疫抑制劑。由於近年來對於圓禿致病機轉越來越清楚，目前FDA已通過JAK抑制劑(愛滅炎 Baricitinib)用於治療圓禿，可專一性得抑制發炎，對於難治型圓禿也有效，但目前尚無健保給付，屬於自費醫療。



休止期落髮

頭髮的生長週期包含生長期、退化期及休止期，一般人每天會有50-100根的休止期頭髮掉落。然而，當身體面臨巨大壓力時，會使休止期的頭髮比例上升而造成短時間內大量脫落的情形，就稱為休止期落髮。常見的壓力源為感染、嚴重疾病、重大手術、生產、營養不良、缺鐵、甲狀腺疾病、快速減重、精神壓力等。治療休止期落髮最重要的是找出壓力源，針對壓力源對症下藥。舉例來說，造成台灣女性休止期落髮的常見原因為缺鐵，在補充鐵劑後大部分落髮都可獲得改善。

落髮疾病雖然不像大多數疾病使病人有生理上的痛苦，卻嚴重影響病人外觀進而影響社交活動及人際關係，久而久之病人也會失去自信，對患者心理產生莫大痛苦。治療落髮疾病最少需要6個月到1年的治療才有明顯效果，治療效果緩慢導致許多病人在產生療效前就放棄治療，錯過黃金治療期。對於治療效果不佳的病人，除了鼓勵他們持續治療外，目前已有許多方式可輔助落髮治療，包含照光治療及自體育髮(platelet Rich Plasma, PRP)，皆有不錯的效果。總結來說，正確診斷與持之以恆的治療是抗禿大作戰的不二法門。

「醫師怎麼辦，我最近頭髮掉好多，我是不是要禿頭了！」皮膚科診間常見病人因近期大量落髮或髮量逐漸減少來求診。造成落髮的原因相當多種，常見的落髮疾病為雄性禿、圓禿及休止期落髮，其他疾病例如自體免疫疾病(紅斑性狼瘡)、感染性疾病(頭癬及梅毒性禿髮)、藥物(化療藥物)及精神疾病(拔毛癖)都是造成落髮的原因。因此，皮膚科醫師需要透過問診、理學檢查、頭皮檢測、抽血檢查甚至是皮膚切片來釐清落髮的原因，獲得正確診斷才能對症下藥。

雄性禿

雄性禿是男性最常見的落髮疾病，但此疾病並非專屬於男性，女性也會有雄性禿。雄性禿的特徵為型態性掉髮，其特定的落髮型態為前額兩側髮線逐漸後退及稀疏伴隨頭頂頭髮變細且變稀疏。雄性禿與遺傳體質及荷爾蒙相關，其致病機轉為5 α 還原酶將睪固酮轉化成二氫睪固酮(DHT)，進而導致特定區域的毛囊萎縮及生長周期縮短，使頭髮變細軟而逐漸脫落。女性雄性禿則需注意是否合併雄性素過多症。早期雄性禿可使用落健生髮水(2%或5% minoxidil)及口服藥物治療。口服藥物包含柔沛(finasteride 1mg, FDA核准)及適尿通(Dutasteride 0.5mg)，可抑制5 α 還原酶並降低DHT濃度。晚期雄性禿則考慮植髮手術或配戴假髮。雄性禿的治療需持之以恆，治療3至6個月可減少落髮，6至12個月長出新髮，越早治療效果越好。



門診時間	一	二	三	四	五	六
08:30~12:00	●	●			●	
13:30~17:00						
18:00~20:30			●			

(本表僅供參考，若有異動，請依醫院診間公告為主)