

落髮有藥醫

文/藥劑科 陳怡伶 藥師

有人說：『頭髮是人的第二張臉』，不論男女，隨著年紀增長，二十歲後就可能產生雄性禿的症狀。雄性禿是種常見遺傳體質，在男性，有種名為二氫睪固酮(Dihydrotestosterone，簡稱DHT)的荷爾蒙濃度會升高，攻擊頭皮毛囊，使毛囊萎縮而長出不健康的頭髮，當頭髮來不及變長、變粗，就進入休止期掉落了，此種會形成「地中海」或「撤退型」的髮型，一但長時間落髮，就可能變成永久性禿髮。

而女性落髮的原因較為複雜，除了也可能因雄性禿的因素外，還需要考慮到如：壓力、環境、藥物、節食或因懷孕造成荷爾蒙的變化、甚至是潛在的自體免疫疾病導致因素，女性通常看到頭髮中線逐漸減少時才會發現有雄性禿的徵兆。

一般來說，頭髮的生長週期約為二至四年，90%的頭髮處於生長期，爾後毛囊進入二到四個月的休止期，此時頭髮較細而脆弱，易隨著梳頭或洗髮時自然拉扯而落髮；等待頭髮正常的生長週期開始，新而健康的頭髮會在原位置重新恢復生長。毛囊量在出生時即決定，在男性一個毛囊約可長出1~2根頭髮、女性則可長出2~3根頭髮，只要在毛囊未被破壞的狀態下，改善原先造成落髮的因素(壓力、環境、懷孕或疾病等)，即可以逐漸恢復原本的髮量；而若是荷爾蒙DHT

造成的落髮，對男性來說是進展性的過程，在停止藥物治療後，毛囊恢復原先的狀態，則落髮可能會再發生。

由此可知，毛囊的健康才是真正攸關能否長出健康頭髮的關鍵。毛囊健康才不易落髮。「柔沛(Finasteride 1mg)」是目前醫界普遍認可有效治療雄性禿的口服治療藥物，此外在院內，還有與落建同成分的「建樂絲生髮泡沫液(Minoxidil 5%)」外用藥物可以選擇。

口服柔沛能夠選擇性抑制頭髮毛囊的「第二型五 α 還原酶」，而減低DHT的濃度，以減少DHT對毛囊的破壞。依據目前發表的五年研究結果，服用柔沛三個月，可以感覺落髮減少，服用半年以上看到頭髮生長；經過一年治療，約有14%的患者會持續掉髮；如果服用一年就停止治療，在停用一年後會恢復到未治療前狀態。如果恢復服藥，則需要兩倍時間(兩年)才能再有同樣效果。

至於副作用方面，口服柔沛不會影響其他身體部位的毛髮，約有1%的患者會抱怨性功能障礙(包括性慾減低、勃起功能不良、及射精障礙等)，部分副作用可能在停用後還會有影響；另外須特別注意，口服柔沛只適用於男性，在懷孕分級裡，柔沛屬於X級絕對禁用，孕婦或適孕年齡的女性不可服用或接觸

到含有柔沛成份的藥錠，所以男性服用時，還是得好好和另一半討論。

外用建樂絲生髮泡沫液，其Minoxidil成份原先為用於治療高血壓的患者，因意外發現患者身上出現多毛的副作用，故轉為研究用於治療雄性禿。因為藥品已過專利期，多家廠商隨著之前使用者的經驗，改良為泡沫劑型的藥水，不但可以減少使用時造成的頭皮刺激，也不會因為頭皮黏膩而造成不適。

不過泡沫劑型容易受溫度影響，若擠出時泡沫呈現水狀，表示保存環境溫度太高使泡沫溶解速度太快，可以預先冷藏2~3分鐘，取出後搖一搖再倒置瓶身輕壓噴嘴。一天2次，每一次使用的泡沫量為半個杯蓋(1ml)，使用超過建議的劑量，並不會得到更好的效果。建議在洗髮後頭髮吹乾使用，塗抹完，手部需完全清洗乾淨，不可將生髮泡沫液塗抹在身體其他部位。(建樂絲生髮泡沫液使用方法如附圖)

Minoxidil使用後3-6個月可明顯改善落髮減少，至於髮量增加，則需要6-12個月的時間。依據文獻，男性早晚各一次，使用5%的Minoxidil經過兩年治療，髮量約可增加35%，女性一天使用一次，同樣有效，但如果停用，治療的效果約在三個月內消失。

外用建樂絲生髮泡沫液較無全身性副作用，比較常見可能有頭痛、頭暈現象。另

外，由於Minoxidil原先使用於降壓的作用，若使用者原有心血管方面的疾病，應先經醫師評估，了解可能會加重潛在心臟病的病情，若出現全身性副作用時(如胸痛、心悸、暈倒等)，應隨即停藥。

若經醫師評估後非因疾病因素的落髮，並不影響健康，落髮最終仍是美觀問題。就醫療的角度而言，使用未經證實的治療，不僅無效還只浪費錢，且對於雄性禿的治療，目前尚無長期持續治療的文獻支持，一旦停止治療都會恢復至原先頭皮毛囊的狀態，若能夠調整心態，接受外型上一點小瑕疵，倒也不一定要積極治療不可。

