

JIANKANG JIAOYU CONGSHU

健康教育丛书

主编 张文康 副主编 余 靖

40

脱发

TUOFA



中国中医药出版社

健康教育丛书

脱 发

编 著 邓丙戌 姜卫海

中国中医药出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

脱发/邓丙戌等编著. -北京: 中国中医药出版社, 2000. 9

(健康教育丛书/张文康主编)

ISBN 7-80156-075-2

I. 脱… II. 邓… III. 毛发疾病-防治-普及读物 IV. R758.71-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 64711 号

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区东兴路7号 电话:64151553 邮码:100027)

印刷者: 保定市印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开 本: 787×960 毫米 32 开

字 数: 47 千字

印 张: 4.375

版 次: 2000 年 9 月第 1 版

印 次: 2000 年 9 月第 1 次印刷

册 数: 10000

书 号: ISBN 7-80156-075-2/R·075

定 价: 4.00 元

出版者的话

人生最宝贵的应该是生命和健康，健康与疾病是全社会都非常关注的问题，它关系到每一个人、每一个家庭的切身利益。卫生部和国家中医药管理局领导非常重视这一全社会都非常关注的课题，他们制定的不是重在有病去治，而是无病先防的预防为主的工作方针。2000年为了积极贯彻江泽民总书记崇尚科学，大力开展科学知识普及工作等一系列指示精神，及李岚清副总理在全国九亿农民健康教育工作电视电话会议的讲话精神，精心组织策划了“健康家园——医学科普进万家10年大行动”的医学知识普及活动。为了使本次活动有声有色，张文康部长不但亲自担任活动组委会主任，还亲自组织中西医专家学者主编了本次活动的宣教材料——健康教育丛书。丛书共分78个分册，介绍近百

种常见病的一般知识、疾病信号、家庭保健、用药宜忌等防治疾病的知识，并向患者提供与该病有关的信息。旨在提高全民族的健康意识与身体素质，把健康知识送到每一个家庭。

为保证本套丛书的科学性、权威性、实用性、普及性，组委会邀请数位医学界的科学院院士、工程院院士亲自审定，并出任审定委员会委员。出版本丛书是我们出版社的责任，为了使本丛书常盛不衰，我们准备每年修订一次，以使每个家庭能经常获得防病治病的普及新知识，使人人享有健康。

中国中医药出版社

二〇〇〇年七月

健康教育丛书

分书名

- | | |
|--------|-----------|
| 感冒 | 胃癌 |
| 哮喘 | 肝癌 |
| 慢性支气管炎 | 尿路感染 |
| 肺炎 | 泌尿系结石 |
| 肺心病 | 慢性肾炎 |
| 肺癌 | 尿毒症 |
| 心肌炎 | 贫血 |
| 心律失常 | 白血病 |
| 高血压 | 紫癜 |
| 冠心病 | 糖尿病 |
| 心力衰竭 | 高脂血症 |
| 消化性溃疡 | 肥胖病 |
| 慢性胃炎 | 甲亢 |
| 溃疡性结肠炎 | 骨质疏松症 |
| 脂肪肝 | 风湿类风湿性关节炎 |
| 慢性肝炎 | 脑卒中 |
| 肝硬化 | 头痛 |
| 胆囊炎胆石症 | 癫痫 |
| 便秘 | 失眠 |
| 食管癌 | 脱发 |

健康教育丛书

分书名

- | | |
|-----------|-------|
| 肩周炎 | 老年痴呆 |
| 坐骨神经痛 | 儿科病 |
| 颈椎病 | 痤疮 |
| 腰椎间盘突出症 | 湿疹 |
| 三叉神经痛 | 皮肤瘙痒 |
| 骨折 | 银屑病 |
| 痔 | 烧烫伤 |
| 前列腺疾病 | 美容 |
| 阳痿早泄 | 白内障 |
| 性病 | 近视眼 |
| 妇科炎症 | 耳鸣耳聋 |
| 经前期综合征与痛经 | 中耳炎 |
| 乳腺增生与乳腺癌 | 过敏性鼻炎 |
| 不孕不育 | 口腔溃疡 |
| 功能性子宫出血 | 慢性咽炎 |
| 子宫肌瘤 | 牙周炎 |
| 妊娠 | 龋齿 |
| 产后病 | 术前术后 |
| 更年期综合征 | 放疗 |

健康家园

—医学科普进万家10年大行动

“健康家园—医学科普进万家10年大行动”是由中华人民共和国卫生部、国家中医药管理局为了更好地贯彻落实江泽民总书记崇尚科学，大力进行科学知识普及工作的一系列指示精神，精心组织的并具有宏大规模的医学科普系统工程。为了使本次活动搞得更好，张文康部长亲自组织中西医专家学者主编了本次活动的宣教材料——“健康教育丛书”，共计78种。同时还结合其他方式方法开展医学科普宣教活动，如与电视台、广播电台等媒体合作举办一些健康教育讲座节目，设立医学科普宣传周，举办医学科普义诊宣传及赠书活动等。其目的就是要让广大国民及病患者增强健康意识，了解常用的医学保健知识和有用的求医问药信息，从而更好地防病治病，保健康复，拥有健康，并自觉摒弃一切封建迷信和不科学的认识和方法。

健康家园—医学科普进万家10年大行动 组织委员会

主任 张文康 中华人民共和国卫生部部长

副主任 余 靖 中华人民共和国卫生部副部长
兼国家中医药管理局局长

组委会成员

陈啸宏 中华人民共和国卫生部办公厅主任
姚晓曦 中华人民共和国卫生部办公厅副主任
李大宁 国家中医药管理局办公室主任
吴 刚 国家中医药管理局人政司司长
胡国臣 中国中医药出版社社长

组委会办公室

主任 姚晓曦
副主任 吴 刚 胡国臣

目 录

□一般知识

- 什么是头发 (3)
- 人类的毛发分几类 (3)
- 头发的结构和组成怎样 (4)
- 毛发的生长周期如何 (5)
- 影响毛发生长的因素有哪些 (7)
- 有关头发的另一些信息 (8)
- 何谓先天性脱发 (9)
- 何谓后天性脱发 (10)
- 哪些皮肤病可引起脱发 (10)
- 哪些全身性疾病可能引起脱发 (11)
- 哪些药物可能引起脱发 (12)
- 何谓拔毛癖 (12)
- 何谓压力性脱发 (13)
- 何谓瘢痕性脱发 (13)

- 何谓休止期脱发 (14)
- 何谓生长期脱发 (14)
- 产后脱发有何特点 (15)
- 头癣引起的脱发有何特点 (16)
- 儿童脱发有哪些情况 (17)
- 脱发都是病吗 (19)

□ 斑 秃

- 什么是斑秃 (23)
- 斑秃的临床表现如何 (23)
- 斑秃的真假之别是怎么回事儿 (24)
- 中医对斑秃是如何认识的 (25)
- 西医对斑秃是如何认识的 (26)
- 斑秃会伴发哪些疾病 (28)
- 中医对斑秃的内治方法有哪些 (29)
- 西医对斑秃的内治方法有哪些 (31)
- 中医对斑秃的局部疗法有哪些 (33)
- 西医对斑秃的局部疗法有哪些 (37)
- 斑秃的治疗应注意什么 (40)
- 斑秃患者戴假发有意义吗 (42)
- 斑秃可以治愈吗 (42)

□雄激素源性脱发

- 什么是雄激素源性脱发 (47)
- 雄激素源性脱发有哪些临床表现
..... (47)
- 本病是否需要进行检查, 进行哪
些检查 (51)
- 中医对本病是如何认识的 (52)
- 西医对本病是怎样认识的 (53)
- 中医对本病的内治方法有哪些 (54)
- 西医对本病的内治方法有哪些 (57)
- 中医对本病的局部治疗有哪些 (57)
- 西医对本病的局部治疗有哪些 (60)
- 治疗本病的注意事项有哪些 (61)
- 本病应如何调养 (62)

□家庭保健

- 食品中的维生素与毛发 (65)
- 食品中的蛋白质、脂肪与毛发 (66)
- 食品中的无机元素与毛发 (66)
- 改变不良的饮食习惯 (68)
- 生发养发药膳 (68)

- 精神因素与毛发 (75)
- 洗发为什么对防脱发有好处 (76)
- 洗发时, 合适的水温是多少 (77)
- 洗发的次数如何掌握 (77)
- 为什么不宜用碱性强的洗发液 (78)
- 洗发的其他注意事项 (79)
- 梳头有哪些作用 (79)
- 有关梳头的几个问题 (80)
- 按摩与头发 (81)
- 运动与头发 (81)

□ 新技术新方法

- 钻孔自体移植法 (85)
- 头皮移植术 (87)
- 头皮缩减术 (88)
- 头皮扩张术 (89)

□ 新药特药

- 环孢菌素 (93)
- 地蒽酚 (94)
- 五肽胸腺素 (94)
- 维甲酸 (95)

环丙孕酮	(96)
非司那提	(96)
氨芥	(97)

□常用药

常用西药

1. 胱氨酸	(101)
2. 维生素 B ₂	(101)
3. 维生素 B ₆	(102)
4. 异丙肌苷	(103)
5. 左旋咪唑	(104)
6. 胸腺素	(104)
7. 氨苯砒	(105)
8. 安体舒通	(106)
9. 甲氧咪胍	(107)
10. 糖皮质激素	(107)
11. 长压定	(109)

常用中药方剂

1. 龙胆泻肝汤	(109)
2. 归脾汤	(110)
3. 七宝美髯丹	(110)
4. 通窍活血汤	(110)

5. 人参养荣丸 (111)
6. 祛湿健发汤 (111)
7. 枇杷清肺饮 (112)
8. 健脾除湿汤 (112)
9. 萆薢分清饮 (113)
10. 苕胜子方 (113)
11. 六味地黄丸 (汤) (113)
12. 知柏地黄丸 (114)
13. 肾气丸 (114)
14. 五子衍宗丸 (114)

□ 医院专科

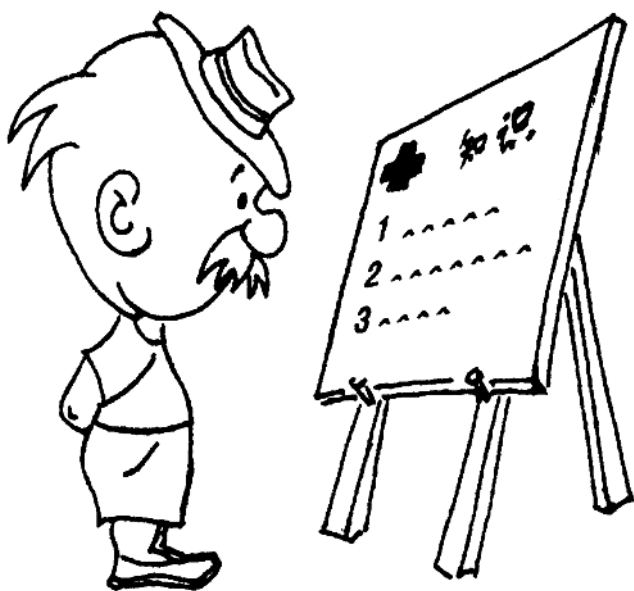
..... (117)

□ 关键词索引

..... (121)



一般知识



健康需知识

医理是真知

✿ 什么是头发

简单地说，就是长在人类头部的毛发。所有的哺乳动物都有毛发，动物需要毛发来保护身体和保暖，若无毛发，动物则难以生存。而人类的头发，更多的是起美容作用，且与性的魅力有明显的关系。毛发之于人体还是有机械性保护、调节体温、防紫外线、引流水分、加速汗液蒸发及加强触觉等生理作用。

✿ 人类的毛发分几类

人类的毛发分为硬毛和毳毛两类。硬毛粗硬，色泽较深，含有髓质，又可分为两种：①长毛，通常可长至10mm以上，如头发、胡须、腋毛、阴毛、胸毛等；②短毛，较短且硬，如睫毛、眉毛、鼻毛等，很少长至10mm以上。毳毛细软，色泽淡，没有髓质，多见于躯干。