

曾雄光 何荣耀 编著

● 美发指南

● 秀发保护

● 生发处方



脱 发 防 治

科学普及出版社广州分社

脱 发 防 治

曾雄光 何荣耀 编著

科学普及出版社广州分社

内 容 简 介

脱发不会直接对人的生命造成威胁，但其确实可以对患者的心理、情绪以及工作、婚姻和家庭带来不少苦恼，甚至不幸。本书用流畅、易懂的语言，详细介绍了皮肤与毛发的生理奥秘，脱发的种类、原因、症状、诊断及治疗。尤其对临床常见的斑秃、紧张脑力劳动性脱发、脂溢性脱发、先天性脱发、药物性脱发、营养性脱发等作了较全面的阐述。另外，对毛发的其它疾患如白发（少白头）、头屑多、头发分叉、多毛症等和有关美发知识也作了介绍。书末附有脱发防治经验谈、脱发治疗常用方剂。是广大读者、脱发症患者及临床医生的一本有益读物。

脱 发 防 治

曾 肇 光 何 荣 耀 编 著

科学普及出版社广州分社出版发行

广东省新华书店经销

广州红旗印刷厂印刷

开本：787×1092毫米 1/32 印张：5.25字数：115千字

1989年9月第1版 1989年9月第1次印刷

印数：1—10,750册

ISBN 7-110-01172-0

R·116 定价2.50元

前 言

也许会有人说：“脱发不算病”。但当一个人患有脱发症时，他才能真正体会到没有毛发的苦恼。诚然，脱发不会直接对人的生命造成威胁，但它却会对患者的心理、情绪以及工作、婚姻和家庭带来不少困难、麻烦，甚至不幸，尤其患脱发症的青年男女要求治疗的心情最为迫切。一位年青的女大学生，正当事业、生活、爱情都向她招手之际，突然患了脱发症，转眼间，苦恼、沮丧、失恋就包围了她，终日的苦恼、抑郁又进而加重了病情。……

世界卫生组织(WHO)曾给健康下过这样的定义：“健康不但是没有身体残疾，还要有完整的生理、心理状态和社会适应能力”。可见，疾病和不健康的概念是不能完全等同的。出现不健康表现就需要加以调理，以防微杜渐；而不健康本身往往包涵着有疾病，疾病的临床表现有多样性，有些可由不明显表现开始，逐渐发展而出现明显的甚至典型的临床表现。临床上，某些疾病如某些皮肤病等，虽不会对人的生命造成威胁，但毕竟也是一种需要治疗的疾病。可见，不直接威胁生命的人体上的变化，不能统统不算是病。特别值得重视的是，脱发有时可能是某些内科、内分泌等全身性疾病的一种临床表现。因此，为保证广大人民群众精神饱满、精力充沛地投身于“四化”建设，除做好常见病、多发病的防治工作外，对脱发症的诊疗也应予以充分的重视，事实上，这也是广大脱发症患者的迫切要求。

人们对于脱发症的认识及治疗，虽说已经历了漫长的岁月，但至今为止，对某些类型的脱发尚缺乏清楚的认识，治疗效果还不很理想，某些脱发经治愈后不久又复发；由于种种原因，脱发症的发生率也比较高，据估计约占全人口的2~3%，且似乎还有继续增多的趋向，脱发症患者门诊病人中也占有一定的比例。所有这些，显然给脱发诊疗和科研提出了一系列的问题，同时也提醒我们，应该对脱发诊疗予以足够的重视。

本书编写过程中得到广州中医学院沈炎南教授、邓修平教授、林志生讲师；中山医科大学吴文英副教授；孙逸仙医院钟幸福副教授；南方医院单雨文副主任医师等专家给予审阅指导和帮助，在此特别鸣谢。

目 录

前言

皮肤与毛发

- 一、皮肤构造的奥秘 (2)
 - (一) 皮肤的外观 (2)
 - (二) 皮肤的构造 (2)
- 二、皮肤与人体健康 (10)
- 三、毛发、毛囊的生理构造 (13)

脱发的种类

- 一、斑脱、全脱、普脱及其他 (18)
- 二、情绪性脱、机械性脱、脂溢性脱发及其他 ... (22)
- 三、先天性脱、早老性脱、老年性脱发及其他 ... (25)
- 四、气、血、阴、阳虚脱发及其他 (26)

引起脱发的原因

- 一、生理性脱发 (32)
- 二、疾病引起的脱发 (33)
 - (一) 局部皮肤病变 (33)
 - (二) 全身性疾病 (35)
 - (三) 内分泌紊乱 (36)
- 三、其他因素引起的脱发 (37)
 - (一) 物理性或化学性因素 (37)

(二) 药物	(38)
(三) 遗传性(先天性)因素	(39)
(四) 机械性摩擦与压迫	(43)
(五) 饮食因素	(43)
(六) 精神及环境因素	(44)
(七) 年老及早老	(49)
(八) 疾病原因不明性脱发	(49)

脱发的症状、诊断及治疗

一、头癣	(55)
二、秃发性毛囊炎	(59)
三、麻风病	(61)
四、红斑性狼疮	(64)
五、硬皮病	(67)
六、急重疾病或慢性疾病	(69)
七、斑秃、全秃及普秃	(70)
八、长期紧张脑力劳动性脱发	(74)
九、脂溢性脱发	(76)
十、早老性脱发	(79)
十一、妇女弥漫性脱发	(80)
十二、老年性脱发	(81)
十三、先天性脱发	(82)
十四、饮食(营养)性脱发	(83)
十五、孕妇产后脱发	(83)
十六、药物性脱发	(84)
十七、放射线脱发	(85)
十八、肥胖性脱发	(86)
十九、内分泌性脱发	(87)

二十、物理化学因素所致脱发 (88)

廿一、季节性脱发 (89)

廿二、混合性脱发 (89)

白发、头屑多、头发分叉及多毛症等的防治

一、白发 (91)

(一) 头发颜色的由来 (91)

(二) 头发为何变白 (92)

(三) 白发的分类 (94)

(四) 如何保持满头黑发 (97)

二、头皮屑过多 (104)

(一) 头皮屑过多的原因 (104)

(二) 头皮屑过多的防治 (105)

三、头发纤细及分叉 (107)

(一) 头发纤细的原因及处理 (107)

(二) 头发分叉的原因及防治 (108)

四、头发过少与多毛症 (110)

(一) 头发过少的原因及防治 (110)

(二) 多毛症的原因及防治 (112)

美发指南

一、如何梳、洗头发 (121)

(一) 洗头的诀窍 (122)

(二) 梳头的方法 (126)

二、维护头发的青春 (127)

(一) 防止理化因素侵害头发 (127)

(二) 防止机械因素伤害头发 (128)

(三) 护发梳妆品的选择 (129)

(四) 头发的营养 (132)

三、头发的美化 (136)

(一) 烫发须知 (136)

(二) 染发知识 (137)

附录

一、脱发治疗经验谈 (139)

二、脱发治疗常用方剂 (144)

三、我国古代治疗毛发病变的方药简介 (151)

结束语

皮肤与毛发

毛发是人体的一种组成部分。毛发的盛衰及其异常变化，跟机体与环境有着密切的关系。客观实际表明，人体不少局部或全身性的疾病，往往影响到毛发的健美。然而，毛发的状况也能反映机体的某种健康状况，因此，对毛发进行深入的研究分析，必将有助于临床对某些疾病作出诊断，同时也可促进脱发诊疗的进一步发展。

毛发脱落是一个古老而又新兴的课题。说它是古老的，是因为在医学发展的初期，人们对它已有所认识。如《内经》称为“发坠”，隋代巢元方的《诸病源候论》进而辟为二候：“须发脱落候”和“鬼舐头候”。但由于历史的和认识论的原因，脱发症的诊疗长期以来进展极其缓慢。随着社会的发展和科技的进步，现代医学也正向纵深发展，脱发以及各种毛发的疾病越来越受到人们的重视，尤其近年来诊疗脱发的网点、新的药剂及治疗方法不断涌现，并取得了一定的成就。对毛发与人体疾病和健康的关系的深入认识，将进一步充实和丰富医学科学的内容，这对于开拓医学科学新领域，进一步探索并揭示人与自然的奥秘，将起一定的作用。

开展脱发以及毛发异常改变的诊疗和科研，首先要了解皮肤及毛发的生理结构，这对于提高脱发及头皮、毛发其他异常变化的诊疗，或为诊疗脱发等提供新的思路，都有着相当的实际意义。这方面的内容不少书刊都有叙述，这里仅作一般性的介绍。

一、皮肤构造的奥秘

皮肤由表皮、真皮及皮下组织构成，并与其下的组织相连。皮肤里含有血管、神经、肌肉、淋巴管和各种附属器，共同完成一定的生理功能。概括地说，皮肤是有其复杂的构造和特殊形态的一个器官。

（一）皮肤的外观

皮肤是一个既柔软又富有弹性的器官，在充足的光线下观察，可见其表面有无数微小的凹凸，凸起的称皮嵴，凹下的为皮沟。有些较深的皮沟将皮肤表面划分为三角形或多边形小区，称为皮野。在面部、手掌、足底及关节等部位，常形成较深的沟纹。一般地说，中年以后随着年纪的增大，面部纹理也会逐渐加深，这就是常说的皱纹。手足末端背面是坚实的指（趾）甲，再仔细观察，还可见在皮肤表面除极少数部位外，大部分都长有长短粗细不等的毛发，遍布着许多小孔，这些小孔便是汗腺和皮脂腺排出管的开口。

（二）皮肤的构造

在电子显微镜下。可以清楚地看到皮肤分有三层，从外向内依次为表皮层、真皮层及脂肪组织。其间包含有丰富的血管、淋巴管、神经组织，还有藏有毛根的毛囊、汗腺及皮脂腺的排出管和腺体。

1. 表皮 是皮肤最外面的一层。其平均厚度为0.2mm，包含有五层形状各不相同的细胞，由里向外排列顺序是：圆柱状细胞、多角形有棘突的细胞、含有颗粒的扁平梭形细胞、扁平透明无核细胞、无核的扁平角化细胞。这些细胞分

别构成表皮的各层。

(1) 基底层：又叫生发层或种子层，位于表皮的最里面。基底层由一层排列成栅状的圆柱形细胞构成，基底细胞与相连的基底细胞及其上方的棘层细胞之间，借助于一种称为“桥粒”的结构相互紧紧拉在一起，并靠向真皮伸入的表皮突（或称脚），“镶嵌”在与真皮相连接的波浪起伏的基底膜上。在整齐的柱状基底细胞之间，偶尔还可看到树枝状细胞，这种细胞因有许多象树枝一样的突起而得名，它能产生黑色素，故又称黑色素细胞或明细胞。黑色素细胞所产生的黑色素通过树突供给其它表皮细胞，黑色素细胞产生黑色素的多少决定皮肤颜色的深浅。

基底层细胞具有分裂增殖的能力（经常有3~5%的细胞进行分裂），基底细胞的分裂周期约为19天（457小时），新生细胞进入棘细胞层，并逐渐向上推移、角化、变形，形成表皮其他各层，最后角化脱落而离开人体，如此不断引起表皮的更新。

(2) 棘细胞层：棘细胞层紧挨在基底层的上方，由数层乃至十几层多角形细胞堆叠而成，细胞与细胞之间有间隙，间隙里有组织液，组织液的流动辅助细胞的新陈代谢。棘细胞之间有细胞间物质葡萄糖氨基聚糖，具亲水性，是物质交换的途径。细胞与细胞之间靠“桥粒”互相拉得很紧密、很结实，这是皮肤很坚韧不易被拉断的原因之一。最下层的棘细胞也有分裂功能，参与创伤愈合。

(3) 颗粒层：在棘细胞层上方，由2~4层纺锤状的颗粒细胞组成。因其在细胞质中存在着许多大小不等、形状不规则的透明角质颗粒而得名。正常粘膜（硬腭及舌背除外）无颗粒层。

(4) 透明层：在颗粒层之上，是角质层的前期，细胞扁平无核，嗜酸性，只有2~3列，细胞之间境界不清，非常透明。细胞中有角质母蛋白及富有蛋白结合性磷脂质，与张力微丝结合在一起，能防止水份、电解质和化学物质的透过，形成生理性屏障带。此层细胞在手掌和足底最明显。

(5) 角质层：是皮肤最外面的一层。由数层扁平无核的角化细胞组成。细胞之间紧密重叠，形成了比较坚韧而有弹性的板层结构，因而能抵抗摩擦，防止体内组织液外渗，并能阻止外界化学物质向体内侵入。此层主要含有角蛋白和角质脂肪，角蛋白具有吸水能力，经常保持角质层水份含量在10%以上，从而使皮肤柔润而不发生皴裂。

以上五层细胞是为上皮细胞不同发展阶段的形态特点，共同构成皮肤的表皮。表皮下面便是真皮，表皮与真皮之间的境界部是一层均质性的带状结构——呈波浪状的基底膜。

2. 真皮 在表皮基底膜以下，是一层较厚的结缔组织构造，分为乳头层及网状层两部分。

(1) 乳头层：由无数圆锥形的乳头组成，接于基底膜之下，呈波浪状。真皮靠向表皮伸入的真皮乳头与表皮相互镶嵌。乳头层内含有胶原纤维和弹力纤维，还有丰富的毛细血管袢及神经末梢和特殊感受器。

(2) 网状层：构成真皮的大部分，位于乳头层之下，但与乳头层无明显界限，比乳头层厚，其中含有纤维成分、基质及细胞成分。

①纤维成分：有胶原纤维、弹力纤维和网状纤维三种，共同构成结缔组织。

真皮中的纤维成分常粗而密地构成菱形丛，如此使皮肤的伸缩性在不同方向上有所不同，在皮肤表面则可表现出张

力线。

②基质：基质由胶质性的有机物质、血浆蛋白、电解质及水组成，充塞于结缔组织纤维间和细胞间，为组织成型所必需。基质为皮肤成分提供物质支持，它具有亲水性，是各种水溶性物质、电解质等代谢物质的交换场所。幼年时真皮基质较多，至老年时基质较少。

③细胞成分：真皮中的细胞成分，主要有成纤维细胞、肥大细胞及组织细胞等。

成纤维细胞具有制造胶质和弹力组织以及合成粘多糖和基质的功能。

肥大细胞胞浆内有特殊的颗粒，能贮存和释放组织胺和肝素等。这些物质在过敏反应中起主要作用，当过敏时，肥大细胞表面出现IgE抗体。

组织细胞是网状内皮系统的一个组成部分，具有吞噬微生物、代谢产物、色素颗粒、异物以及崩溃的组织碎片和细胞等功能，起着有效的清除作用。

3. 皮下组织 皮下组织即皮下脂肪组织，是皮肤的最内一层，附着在真皮下面，其下方与肌膜等组织相连。皮下组织由疏松结缔组织和脂肪小叶组成，在小叶间的结缔组织中，含有汗腺、毛根、丰富的小血管及神经等。皮下脂肪的厚薄，可因营养及身体部位的不同而不同。

4. 血管 表皮中没有血管分布，皮肤里丰富的血管分布在真皮及皮下组织里，且由于部位不同，分布也不甚均匀。皮肤里的血管虽然分布比较复杂，但基本上都有浅部和深部两层血管网。在这两层血管网中，动脉和静脉总是并行的。

头皮和颜面部位的血供十分丰富，在头皮，其前部为额动脉（即滑车上动脉）、眶上动脉，两侧为颞浅动脉，后部

为枕动脉，颜面部还有面动脉、颞动脉等等。所有血管在表皮以下互相吻合、交织、形成丰富的血管网，无深浅血管网之分。

5. 淋巴管 皮肤中的细胞之间，纤维之间以及皮肤附属器的周围都有一些腔隙，这些腔隙和淋巴管的管壁小孔相通连。在其间流动的淋巴液，通过管壁小孔集中到淋巴管。毛细淋巴管的盲端，起源于真皮乳头的结缔组织间隙，沿血管走行，至浅部和深部血管网处，形成浅部和深部淋巴管网，逐渐汇合成较粗的淋巴管，流入所属的淋巴结。淋巴系统有辅助血循环及参与免疫的重要作用，表皮中无血管，细胞间隙中的淋巴液还负责其物质代谢的作用。

6. 神经 皮肤里有各种感觉神经，也有支配血管和汗腺等的植物神经，在颜面的表情肌中都分布有运动神经。皮肤里的神经和身体其他部位的神经一样，一般是沿着血管走行的。在乳头下层组成浅部神经网，和浅层血管网相伴行，而在真皮深处形成深部神经网，并与深层血管网相伴行，深浅神经网之间有分支互相吻合，从而使皮肤里神经的走行显得错综复杂。

皮肤里的植物神经是外面没有髓鞘的无髓纤维，其神经末梢呈小树枝状分布，构成植物神经网，主要分布在汗腺、立毛肌、血管等处。植物神经，又可划分为交感神经和副交感神经，皮肤中的交感神经有控制皮肤的腺体、血管、立毛肌等的功能。交感神经中的肾上腺素能纤维能使血管，立毛肌，球体及大、小汗腺的肌上皮细胞收缩，交感神经的胆碱能节后纤维可刺激小汗腺细胞的分泌功能。

感觉神经为有髓神经，其末端失去髓鞘而成为游离神经末梢，接受各种刺激。感觉神经末梢有两种形态：一种是简

单的游离神经末梢，这种游离神经末梢，有的没有分支，有的形成树枝状、丛状或线球状等形态，而在毛囊周围，一般排列成栅状。另一种是形成各种形态的终末小体，此终末小体是感觉神经末梢在真皮内存在的特殊形态，根据产生感觉的不同，可分有触觉感受器（主要是传导触觉）、压觉感受器（主要传导压觉）、痛觉感受器（主要传导痛觉）、温觉感受器（主要司温觉）。

此外，在皮肤与粘膜的移行部位及粘膜上，也存在有各种感觉装置。

7. 肌肉 皮肤中的肌肉除少数横纹肌（颜面的表情肌和颈部的颈阔肌）外，主要为平滑肌。平滑肌中，主要是立毛肌，此外，乳晕、阴囊肉样膜上、血管中层的肌层以及汗腺周围均为平滑肌。立毛肌上方固定在真皮乳头层的结缔组织上，并向下斜行，经过脂腺的外围而固定于毛囊的中间部位，其附着部位处毛囊肥厚而形成毛隆起。当精神紧张及寒冷引起立毛肌收缩时，毛发竖立，毛孔周围隆起，出现“鸡皮疙瘩”现象、立毛肌收缩对皮脂腺排出等有着重要作用。

8. 皮肤附属器 包括毛发及毛囊、皮脂腺、汗腺和指（趾）甲等。下面分别叙述皮脂腺、汗腺及指（趾）甲的生理结构，毛发及毛囊在另一节中专门叙述。

(1) 皮脂腺：位于真皮内，属全浆腺。腺体呈泡状，其外有基底膜及结缔组织包裹，腺泡中间有多层的腺细胞，皮脂腺中心部的细胞成熟后，胞浆中含有较多的脂肪滴，腺泡中央细胞构造混乱，被脂肪滴充满成网状，并饱含有由脂肪和细胞碎片组成的皮脂，细胞破碎后释出皮脂。排出管极短，系由多层扁平上皮细胞组成。

皮脂腺大都附属于毛囊而存在，所以又名毛囊腺，它和毛发一起构成毛—皮脂腺系。但也有一些不附属于毛囊的皮脂腺，如口唇部、颊粘膜、乳头、龟头、包皮内板、小阴唇、阴蒂等处的皮脂腺，称为独立皮脂腺。附属于长毛及短毛的皮脂腺，开口于毛囊上部1/3处。毛发部的皮脂腺位于立毛肌及毛囊的夹角之间，因此，立毛肌收缩时可促进皮脂的排出。独立皮脂腺以及毳毛附近的皮脂腺则直接开口于皮肤表面。

皮脂腺的活动不受神经直接支配。但受诸如激素、年龄、性别、人种及温度等许多因素的影响，其中尤以激素的影响最大。在青春期，由于肾上腺皮质和性腺的活动明显增强，因此雄激素的分泌量增多，而雄性激素可使皮脂腺显著发达，细胞里核分裂速度亢进，从而引起皮脂腺肥大，于是皮脂分泌量增多。当皮脂在皮脂腺内积聚达一定程度时，由于导管内压力增加，皮脂便从毛囊口排出到体表，在体表与汗液和体表水分乳化形成一层膜，产生抗皮脂排出的反压力，这种反压力与乳化膜的厚度及皮脂粘稠度有关。这两种压力的相互作用，调节着皮脂的排出。

皮脂腺在皮肤中的分布是不均匀的，在头皮、前额部位最多，大约每平方厘米有400~900个，比前臂多2倍，其次为颜面部。以下部位则依次减少：背部、胸部、会阴部、颈部、腹部、四肢、耳廓。在头皮、颜面（前额、眉间、鼻翼、鼻唇沟）、躯干中央部（胸骨部、肩胛间部）、外阴部等处的皮脂腺密度最高，因而容易发生皮脂溢出现象，故称为皮脂溢出部位。

(2) 汗腺：有小汗腺和大汗腺，两者的结构和功能不同。