

R758.71

P

1

名医谈百病

图书在版编目(CIP)数据

脱发\秦万章;蔡茂庆. —上海:上海科学技术出版社, 2001.4

ISBN 7-232-2353-4

脱 发

(百病谈)

ISBN 7-232-2353-4

I. 脱... II. 秦... III. 蔡... IV. R758.71-44

答

秦万章 蔡茂庆

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第00610号

责任编辑

上海科技

编

文

00

氏

本馆有版权页, 如蒙不弃, 请向上海科学技术出版社联系。

上海科学技术出版社

内 容 提 要

本书以问答的形式,对脱发的解剖、生理、病因、种类、治疗、预防等方面作了详细的介绍,如脱发与性别有何关系、脱发会遗传吗、脱发为何需要及时治疗、脱发能用激素治疗吗、脱发为何应采用综合治疗等人们普遍关心的问题。内容深入浅出、通俗易懂,可读性强。

序

现代社会,随着人们生活水平的不断提高,健康已成为人们最为关心的问题之一。健康和疾病是一对矛盾。合理营养,强健体魄,预防疾病,无疑是健康的保证。然而,人食五谷杂粮,生活在自然界和变化着的环境中,患病也是十分自然的现象。倒是如何科学地正确对待疾病,认识怎样抵御疾病,掌握战胜疾病的规律,尽早尽快地治愈疾病,才是实现由疾病到健康的正途。而抵御疾病、战胜疾病决不仅仅是医生的事;普及医学知识,把正确认识和对待疾病的科学知识传播给读者,使病人和家属对疾病的盲目和忧虑,改变为战胜疾病的信心和行动,积极地配合医务人员,共同努力,这样,疾病的治疗定会事半功倍。

有鉴于此,我们组织了上海各大医院、各专科具有较高学术造诣和丰富临床经验的名医、教授,编写了这套《名医谈百病》丛书,以期能对广大群众在防病、治病和恢复健康方面有所帮助。

我们在设计本套丛书时,为使读者找书方便,采用了一病一书的形式,针对性强。在内容的编写上,避免了从头至尾的

叙述方式,而是把病人和家属在门诊和治疗过程中,向医务人员提出的各种各样问题,进行选择 and 归纳,然后作通俗简洁的解答,希望既能让读者快速地查到要找的问题,又能看懂并付诸实用。同时,由于名医们的精心编排,全书仍不失其系统性和完整性。

在每册书的封底放置了编写该书名医的照片,并有简短的介绍,以期为读者求医提供方便。本套丛书包括了百余种常见疾病,将陆续推出,以供读者选择。

衷心希望《名医谈百病》丛书能在名医和读者之间架起一座通向健康的桥梁,为人类造福。

上海科学技术出版社

1999年7月

前 言

脱发在日常生活中是一个很常见的现象，人们常对此给予相当的关注。从疾病的角度来说，它是皮肤科的一类常见病。脱发其实包含了很多种疾病，它不但与头发本身的病变有关，而且与精神神经因素、内分泌因素、内脏器官的疾病、药物因素、多种致病菌的感染，甚至恶性肿瘤等有关。脱发对病人造成的痛苦，除了躯体上的，更主要的是因为影响了美容而造成的精神压抑和痛苦。我们根据长期的临床实践和研究，对脱发的发病原因、发病机制、症状表现、治疗原则和预防措施等方面的问题作一些必要的介绍。作为医学科普书籍，其目的是让广大病人及其家属，以及相关的医务人员对脱发有一个客观的了解和认识，帮助病人消除不必要的精神负担，树立正确对待疾病和战胜疾病的信心。

本书是《名医谈百病》系列丛书中的一本，同样是以问答形式撰写的。全书共列 110 个问题，力求以通俗浅显的语言，科学地、新颖地、实用地阐述相关的问题，每个问答既有独立性，又有连贯性。内容深入浅出，希望便于阅读和理解。

由于时间仓促，本书一定存在某些不足，希望同道和读者批评指正。

秦万章 蔡茂庆
2000年6月

目 录

一、何谓脱发

1. 什么是脱发 1
2. 从小就可以脱发吗 2
3. 常见的脱发有哪几种 3
4. 脱发病人知多少 4
5. 人体的毛发有几种 5
6. 头发的结构是怎样的 6
7. 头发是怎样新陈代谢的 7
8. 头发有什么功能 9
9. 影响头发生长的因素有哪些 10
10. 正常的头发外观有哪些特点 11
11. 正常人头发知多少、粗细知多大 12

二、脱发是怎样发生的

12. 脱发仅仅是头发的病变吗 13
13. 脱发与内分泌有关吗 14

14. 精神神经因素会引起脱发吗 15
15. 脱发与性别有关吗 16
16. 脱发与机体免疫功能有关吗 17
17. 脱发与内脏疾病有关吗 18
18. 药物会引起脱发吗 19
19. 发热与脱发有关吗 19
20. 红斑狼疮会引起脱发吗 20
21. 脱发与性病有关吗 21
22. 脱发与情绪有关吗 22
23. 脱发是不是血液病 23
24. 麻风会引起脱发吗 24
25. 脱发与外伤有关吗 24
26. 脱发与皮肤癌有关吗 25
27. 化学物灼伤是怎样引起脱发的 26
28. 糖尿病会引起脱发吗 27
29. 产后为什么会引起脱发 28

三、脱发的形形色色

30. 什么是休止期脱发 30
31. 什么是生长期脱发 31
32. 什么是“鬼剃头” 32
33. 斑秃的发病特点是什么 33

- 34. 何谓恶性脱发 33
- 35. 何谓假性斑秃 34
- 36. 脂溢性秃发有何特征 36

四、脱发的方方面面

- 37. 脱发会遗传吗 37
- 38. 为什么有些脱发病人需要验血 38
- 39. 为何脱发处有时要做组织病理检查 39
- 40. 斑秃与“癞痢头”有何区别 40
- 41. 斑秃与脱发性毛囊炎有何区别 41
- 42. 局限性硬皮病的秃发有哪些特点 41
- 43. 寻常狼疮也会引起秃发吗 42
- 44. 扁平苔藓引起的秃发斑是否也称斑秃 43
- 45. 脂溢性秃发与脂溢性皮炎有关吗 44
- 46. 脂溢性秃发与用脑过度有关吗 45
- 47. 脱发与饮食有关吗 45
- 48. 年龄与脱发有关吗 46
- 49. 季节对脱发会有影响吗 48

五、脱发的治疗

- 50. 脱发为何需要及时治疗 50
- 51. 斑秃是否能治愈 51

52. 脂溢性秃发能治愈吗 52
53. 斑秃治疗有何妙法 52
54. 治疗脂溢性秃发的方法有哪些 54
55. 哪些药物可以治疗脱发 55
56. 脱发能用激素治疗吗 56
57. 内服肾上腺皮质激素治疗脱发会引起哪些
严重不良反应 57
58. 如何选择外用肾上腺皮质激素制剂治疗脱发 ... 58
59. 外用药治疗脱发要注意哪些问题 59
60. 秃发区内注射肾上腺皮质激素有何疗效 60
61. 章光 101 防脱生发产品有哪些 61
62. 发珍治疗脱发有何疗效 62
63. 希尔生为什么能治疗脂溢性秃发 62
64. 生姜外搽可以治疗脱发吗 63
65. 什么是光化学疗法 64
66. 光化学疗法可以治疗脱发吗 65
67. 激光治疗脱发有效果吗 65
68. 有哪些“非激素”西药可以用于脱发区的局部
注射 66
69. 针灸治疗脱发有效吗 67
70. 梅花针也可用于治疗脱发吗 68
71. 自血疗法可用于治疗脱发吗 69

-
72. 哪些人适宜头发移植 69
73. 头发移植治疗脱发有疗效吗 70
74. 中医是怎样认识脱发的 71
75. 中医如何治疗脱发 72
76. 脱发都要补益肝肾吗 74
77. 产后脱发是否需要大补 74
78. 斑秃有哪些中医外治方法 75
79. 斑秃有哪些内服验方 76
80. 脂溢性秃发中医外治妙方有多少 77
81. 治疗脂溢性秃发有哪些内服药 79
82. 如何选择中成药治疗脱发 80
83. 脱发治疗一般需要多长时间 81
84. 如何正确判断疗效 82
85. 如何对待市售的“生发精” 83
86. 不分青红皂白就可应用“生发丸”吗 84
87. 脱发病人应如何配合治疗 84
88. 哪些脱发治疗效果不佳 85
89. 秃发病人要忌哪些食物 86
90. 多食哪些食物对脱发病人有利 87
91. 脂溢性秃发有哪些食疗验方 88

六、脱发的防护

92. 如何正确对待脱发 90
93. 脱发会不会复发 91
94. 如何防止斑秃的复发 92
95. 如何保健头发 92
96. 护发如何适应季节变化 94
97. 头发护理的基本方法有哪些 95
98. 洗头有什么诀窍 97
99. 头屑过多怎么办 98
100. 饮食能治疗头屑过多吗 99
101. 秋季为何落发多 100
102. 如何选用洗发液 101
103. 如何选用护发素 102
104. 脱发病人需要心理治疗吗 103
105. 脱发与日晒有关吗 104
106. 脱发会传染吗 104
107. 脂溢性秃发病人如何护发 105
108. 按摩对治疗脱发是否有效 106
109. 脱发病人能不能喝酒 107
110. 脱发为何应采用综合治疗 108

一、何谓脱发

1. 什么是脱发

人们常把有魅力、取得成绩等戏称为有“噱头”，可见拥有一头秀发能使人增加美感和信心。谁不希望头发漂亮呢？然而，事与愿违的事常常发生，又有多少人为了脱发而烦恼。

一般人可能认为“脱发”两字指的就是头发的脱落。有时亦可见到“秃发”一词。脱发的“发”指的是什么发？“脱”、“秃”两字又有何区别？

“脱”者，失去、脱落、掉落也。而“秃”者，脱落、脱光也，《说文》中解：“秃，无发也”，本义指头上无发。“发”指的是人体上的毛发而不仅仅是头发。人的体表面有好多种毛发。最显而易见的是头发，它是毛发中最长的品种，还有眉毛、腋毛、阴毛等，这些毛发相对来说较硬。另有一种数量最多、遍布体表的柔软的毛发，称为毳毛。不过，本书中要讨论的“发”主要是头发。

脱发一词是指由于病理因素造成头发的大量脱落，说明的是一种症状或现象；而秃发常常指的是某种疾病，如被称为“鬼”剃头的斑秃、被误认为聪明“绝顶”的早秃、脂秃等。

生命的主要特征就是新陈代谢，头发也不例外。因此，洗头或梳头时掉下几根、几十根头发完全是正常的，这不能称为脱发。同样，我们所指的脱发也不仅仅是头发的脱落，还包括身体其他部位毛发的脱落，如眉毛等的脱落。

2. 从小就可以脱发吗

脱发是成年人的疾病吗？不！脱发可以发生在任何年龄的人。那么，最早从几岁就可以有脱发呢？最早的脱发可以从一出生就发病。有的婴儿出生时就全身一点毛发也没有，有的一出生便发现头发和眉毛等局部的毛发缺损。这种先天性的脱发病，称为先天性秃发。然而，真正的先天性无发是非常罕见的。比较常见的是出生时全身毛发发育不良，头发稀疏和细小，有的婴儿出身时头发正常，但6个月以后开始脱发，直至全部脱光。这种先天性的秃发病是由于先天性发育缺陷所造成的，而且这种脱落的头发一般将不会再长出来。有报道极少数的病人到青春期可以恢复。

有时候家长一朝醒来，突然发现孩子头上一块头发没有了。家长们很惊讶，怎么小孩也会得“鬼剃头”的病？其实，这是一种称为斑秃的脱发性疾病。它的发生与小儿精神过度的紧张有关。有些过敏性体质的儿童，常伴有哮喘、过敏性鼻炎、慢性皮炎、湿疹等病，他们容易罹患这种“鬼剃头”的病。

白血病是一种好发于小儿的恶性血液系统疾病，治疗这

种病常需要用化疗药物。然而,原本满头秀发的孩子,一用化疗,往往头发迅速脱落,甚至脱光。总之,还有许多疾病和不少情况会导致小儿脱发。因此,对儿童脱发病的诊断和治疗需要给予足够的重视。

3. 常见的脱发有哪几种

脱发是一类很常见的疾病,由于引起的原因众多,因此它包含的种类也很多。常见的脱发有以下几种。

有的人来看病说,这几日突然掉了一块头发,是在理发时被理发师发现的,或者是被家人或自己偶尔发现的。检查时可以看到,头上露出了一块或几块头皮,其上没有一点头发,头皮光亮,也没有疹子,周边的头发发根很松,轻轻一拨即可将头发拔出。追问原因,往往在近一时期工作比较忙、思想紧张或精神上不愉快,不多久就出现了脱发。部分病人不只是第一次出现这样的脱发。这就是俗称“鬼剃头”的斑秃。少数病人出现头发一块块的脱落,斑状的秃发区逐渐增多,这就是恶性斑秃。若头发全部落光,就成了全秃。

有时我们看见一些中青年男子,头面油光,额头很高,过去曾被误以为是“智力”高、运气佳。其实这是一种错误的认识。他们头面油光是因为皮肤的油脂分泌过多。这过多的油腻既易玷污,又易引起细菌感染。油脂分解后产生的游离脂肪酸可刺激皮肤产生炎症反应,过多的油脂还是导致头发脱

落的因素之一。额头高并非运气高,它其实是前额两侧的头发生脱落的结果。这就称为脂溢性秃发或男性型秃发,亦称为雄激素(源)性脱发。

我们常常有这样的经验,头皮因外伤破裂,尤其是缝针后,留下的疤痕处是不长头发的,此处由于毛囊被破坏,头发就长不出来了。这是外伤性秃发。有些疾病,如红斑狼疮、局限性硬皮病等造成头皮的萎缩,也不能长出头发,这种一块块的秃发,称为疤痕性秃发。

4. 脱发病人知多少

究竟有多少脱发病人?至今未见确切数字的报道,由于脱发包含有多种类型,无法笼统的回答。有时虽见一些报道,但其发病数差异很大。就脂溢性秃发而言,白种人比较多见,而黄种人相对较少。许多年前,上海曾经有一个调查发现,脂秃占人群的6/1 000左右。先天性秃发则十分罕见。由于不少皮肤病可以引起脱发,有的甚至是不可逆转的秃发,因此,对于这些疾病,应积极的预防和治疗。如黄癣,过去就十分流行。在有的地方头癣在青少年中的发病率可达80%,而危害最大的黄癣要占其中的70%。城市中随着卫生条件的不断改善,发病率越来越低,但目前农村地区仍有相当的发病率,如不进行及时有效的治疗,就会导致局部或全部头发的永久性脱落。现在,随着性传播疾病的增加,梅毒发病率亦显著增

加,我们对梅毒引起的秃发也要有足够的重视。凡此种种,许多脱发病人和引起脱发的疾病还待于早期诊断和积极治疗。因此,脱发的防治工作任重而道远。

5. 人体的毛发有几种

全身长毛的是什么动物?我们常见的狗、猫等动物的全身披盖了一层长长的毛,这类动物中的大多数身上的毛长而软,而少数则身上的毛长而硬,如刺猬等。原来全身长毛是陆地哺乳动物的特征之一。偶尔看见毛孩和报道的野人,他们的全身也布满了浓密的长毛。那么,人的身上为何不见这样的长毛?人体上的毛发与动物的或毛孩的有何区别?这归宗于生物进化的结果。动物身上的长毛主要是用来保护身体和御寒、调节体温等维护正常的生理功能。人是最高级动物,保护身体等的功能已完全不需要毛发来完成。至于毛孩,则是一种返祖现象。我们身上显而易见的毛发是长长的头发,还有眉毛、胡须、腋毛等,好像其他部位的毛发就没有或不明显了。其实不然,我们身上也同样布满了各种不同类型的毛发。从分类角度看,人体上的毛发分为硬毛和毳毛,前者粗而硬,颜色较深;后者则细而软,颜色较淡。硬毛又分为长毛和短毛两种,头发、胡须、腋毛、阴毛等属于长毛,而眉毛、睫毛、鼻毛、耳毛等属于短毛。毳毛数量最多,它几乎覆盖了面部、四肢和躯干。由于个体差异,有的人毳毛相对较浓、较长,看上去明