



やまざき まさし 1988年防衛医科大卒。98年順天堂大大学院修了。同大付属浦安病院講師、米国スタンフォード大留学などを経て、今年3月より現職

山崎正視さん

東京医大
皮膚科准教授

薄毛、脱毛で最も多い疾患は男性型脱毛症です。男性では男性ホルモンの作用によることが明らかとなっており、前頭部や頭頂部で毛包(毛穴の奥で毛根を包んでいる部分)が小さくなっていきます。日本皮膚科学会

のガイドラインでは、阻害剤(フィナステリド)の内服とリアップX

5(5%ミノキシジル)の外用を単独あるいは併用で行うことを推奨しています。一方、女性にも男性型脱毛症はありますが、男性とは異なり、

薄毛の原因は他に、休止期脱毛(肉体的、精神的ストレスで毛包が長く休止してしまう)や慢性的な全頭型円形脱毛症(リンパ球が毛包で炎症を起こす)

脱毛症は適切治療を

生え際が後退せずに前頭部から頭頂部全体が薄毛になります。ガイドラインではリアップレディ(1%ミノキシジル)の外用を推奨しています。治療を6カ月から1年間続け、効果が認められない場合、かつらの使用や自毛植毛術を検討してもらいます。

が挙げられます。客観的には正常な範囲と見られるのに、毛髪の量について強迫的になり、神経症に陥ってしまう患者さんもいますので、医学的診断を仰ぎ適切な治療を行うことが大切です。近年、男性ホルモンの作用には個人差があると報告されてお

り、ガイドラインで推奨されている治療法の効果にも個人差があることがわかっています。治療を継続していても、加齢による毛髪量の減少が生じます。効果が無いと思って自分勝手に治療を中断すると脱毛が進行してしまうので、根気よく続ける必要があります。その他、バランスの良い食事を取り、精神的、肉体的に余裕のある生活をするのも大切です。抜け毛を気にせず、1、2日に1回はシャンプーして頭髪を衛生的に保つのがよいでしょう。かつらの使用は発毛には影響しませんので、安心感のために使用するのもよいかと思いません。