



甚麼原因導致頭髮脫落？

導致男性或女性脫髮的成因有很多，然而，當中佔絕大部份的男性脫髮成因是「遺傳性雄性激素形脫髮」，俗稱「男性形脫髮」。雄性素雙氫睪固酮 (Dihydrotestosterone) 是引發此類脫髮的主要成原，尤其在遺傳上對這種激素特別易受影響者。同樣地，在女性方面，亦有相似的情況，稱之為「遺傳性女性形脫髮」，但導致此情況的真正原因，則有待發現，但相信引發此情況的相關激素與引致男性形脫髮的激素同。其他較為常見的脫髮成因包括甲狀腺病患、缺乏鐵質、發高燒、手術或全身麻醉後、飲食不均衡、懷孕產子及某些口服藥物等，但通常此類脫髮都可因治療誘因而得到改善。另外，某些頭皮皮膚病變亦會引致短暫性，甚至乎永久性脫髮，例如紅斑狼瘡、扁平毛髮苔癬 (Lichen planopilaris)、斑禿 (Alopecia areata) 等。然而，外界對脫髮的成因，仍存在很多缺乏理據的信念，例如血液循環欠佳、經常使用洗頭水洗頭、經常戴帽或頭盔、頭髮毛孔堵塞、頭蝨等都可能會造成脫髮。一般而言，大部份成年人每天大約自然脫落七十五至一百廿五條頭髮，某數目的頭髮則會進入靜止期 (Telogen)，有部份新頭髮長出而餘下的則在生長期 (Anagen)。只要這個比例維持在平衡點，頭髮的數量就會保持不變。另外要提的是，尤其對於已有男性形脫髮的人仕，壓力會加速其脫髮情況。

有甚麼方法去治療男性形脫髮？

對於頭髮逐漸稀疏的人仕，現今可接受的治療方案的而且確來得比從前多：

- 植髮手術能提供一個永久性的治療效果予脫髮患者。
- 藥物治療，如口服的藥物非那甾胺 (Finasteride) 及外用的米諾地爾液 (Minoxidil) 都能有效地改善脫髮情況，但要長期使用才能維持其效果。
- 美觀增強劑 (Cosmetic Enhancers) 如有色軟膏、噴劑、粉末等，用於塗抹於頭皮去遮掩稀疏頭髮，但並不能醫治脫髮情況。

外科手術方法：植髮手術 (毛囊單位移植及多重毛囊移植)

外科手術植髮技術是利用自身的頭髮去填補失去的頭髮及改變或改善髮線。現今的技術甚至改善到連髮型師或理髮師也必未能擦覺任何手術後的痕跡。外科手術植髮將永久性生長的頭髮連毛囊一併切除，即從後尾枕或頭頂兩側的位置(捐贈區)，在顯微鏡下再將被切除下的頭皮組織細心切割分為毛囊單位(每單位包含一至四條毛髮)或多重毛囊單位(即每三至六條頭髮為一組)，然後再將毛囊單位小心仔細地植入頭皮光禿或稀疏部位，而植入的位置或方向必須順應原有頭髮的方向。將頭皮組織細分成毛囊單位是為了創造自然流暢的髮線，不會像從前手術技術般令髮線欠缺自然且呈現一束束像塑膠娃娃頭的現象。有些醫生喜歡全部位置使用毛囊單位移植，有些則認為於頭頂中央部份使用多重毛囊單位能令濃密效果更為顯著。因應前額及頭頂的脫髮情況，一般而言，需要二至三次的手術，而每次手術所需的毛囊單位數量亦會因應患者脫髮的情況、捐贈區頭髮的數量、髮質及患者對治療的期望而有所不同。現今的植髮手術的創傷性已經非常低，一般而言，新植入的毛囊單位的傷處會於廿四小時內結痂，並於四至十四日左右痊癒，而新植入的毛囊則會於手術後十至十六星期開始生長，大部份植入的毛囊都能繼續永久地循環生長。有部份則會因應患者年紀漸大而脫落，因大部份年長的男女都會頭髮變得稀疏，這是正常生理現象。

植髮手術會有甚麼程序？

外科手術植髮技術已被視為「微創非住院手術」。一般手術所需時間約為三至八小時不等，並於局部麻醉或加入口服或靜脈注射鎮靜劑作舒緩作用的情況下進行。過程中患者會保持清醒，但會因鎮靜劑作用而感到鬆弛。整個過程，患者都不會感到不適或痛楚。而後尾枕捐贈區則需要作縫合，如果進行隱形毛囊單株摘取術(Follicular Unit Extraction)則毋須縫合。縫合位置於七至十四日後拆線。而脫髮區的傷口只是表面針孔造成作毛囊單位植入的微細創傷。在接受治療前，醫生會為病人解釋各步驟的優點與缺點，及各種移植方法的利與弊。在手術完結後，通常都用包紮或作簡單的包紮。於離開診所前，醫生會為植入毛囊地方作最後檢查，再由助手解說手術後要注意的事項，通常會附上一張列印的術後注意事項表。

誰是最合適者接受植髮手術？

任何人受困於脫髮問題都可以是接受植髮手術的合適者：

- 男性患有男性形脫髮

外科治療：

植髮手術後會有甚麼情況出現？

植髮手術是一項非常安全且相對較不嚴重的外科手術。嚴重的併發症非常罕見。植髮區很少出現不適情況，一般而言，大部份受術者只會感到手術後一至二天於捐贈區有繃緊的感覺，只需服用輕效止痛藥就能解決。受術者可使用濕潤的溼敷布或噴霧清洗傷口，或以半坐姿勢睡覺二至三天去減低瘀腫情況。毛囊植入處會出現結痂現象，但通常都可被現有稀疏的頭髮所遮掩，或可選用掩飾產品如 DermaMatch, Couvre 或 Toppik 等。痂會於手術後五至十四天脫落，細毛囊單位結的痂通常於手術後四至六天脫落而多重毛囊單位結的痂則需要較長的時間脫落。新植入的毛髮最初會生出頭皮表層，繼而脫落，但髮根會保留且進入休止期約十至十四週，接着新的、健康的毛髮就會慢慢長出。至於，捐贈區及植髮區出現的麻痺感覺，則會於手術後二至八個月間漸漸消失。

正如前面所提，嚴重的併發症非常罕見。輕微的發炎現象可出現於新植入的毛囊，正如一般發炎的倒生毛髮或暗瘡般，用簡單的濕潤溼敷布可解決。而捐贈區所出現的疤痕，一般都較為幼細，很容易被周遭的頭髮遮掩。而植髮區的疤痕就更微細，一般癒合後都難以擦覺，甚至被新植入的毛髮所遮蓋。有一小撮的受術者會於手術後於前額有幾天感到腫脹的情況，通常出現於手術後第三天，一般三至四天會完全消失。細菌性感染的情況實屬罕見。捐贈區的疤痕及頭頂植髮區出現輕微的麻痺感覺，則會於手術後數月間漸漸消失。

我甚麼時候可以開始植髮手術？

當脫髮問題開始發生時，大多數醫生都會建議開始藥物治療。就算患者最終於最終的情況下必須接受植髮手術，藥物治療也能大大減慢，甚至阻止脫髮情況繼續惡化落去。患者可以於廿五歲後任何年齡接受植髮手術，但每位患者都會因應多方面因素而令接受手術的時間有所不同。絕大部份患者都會在未完全禿髮前接受第一次手術，好處在於他們現存的頭髮能遮掩手術的痕跡。然而，脫髮的情況都會是持續漸進的，因此這項手術並不適宜施行於年齡太細的患者。藥物治療如口服的非那甾胺(Finasteride)及外用的米諾地爾液(Minoxidil)都能幫助停止脫髮，甚至刺激頭髮生長，尤其對位於頭頂及頭頂中間兩側的頭髮。而植髮手術則能填補前額髮線及前額頂頭髮密度，同時共用藥物治療能幫助保留植髮區後方的現存頭髮，令植髮手術後的自然效果更為持久。你的植髮手術醫生會與你一起計劃你個人的治療方案。

手術性選擇：拉頭皮手術 (Scalp Reduction)及皮瓣 (Flaps)

拉頭皮手術是一項外科手術用以切除部份光禿頭皮部位，常用於頭頂中部及兩側部份。而皮瓣手術則利用帶有現存頭髮的頭皮，連帶血管組織，從頭部兩側及後尾枕位置轉動去前額禿髮部位，然後縫合。在微創非住院手術植髮手術的新紀元，這兩種手術已很少施行。但部份嚴重禿髮患者仍然適合使用這兩種方法，但事前必須經由在這方面有經驗的植髮手術醫生作詳細解說。

我怎樣知道我適合接受植髮手術？

植髮手術醫生用作評估一位禿髮患者是否適合接受植髮手術的因素包括：

- 患者的身體狀況
- 髮質：粗糙或幼細
- 髮色與膚色間的顏色對比
- 頭髮密度 (捐贈區每平方寸的毛髮數目)

藥物治療：

現在有甚麼藥物治療可提供醫治禿髮？

非那甯胺(Finasteride) (Propecia[®])是一種處方的口服藥物，已經在藥物市場上有十多年時間了。Finasteride 只被立例用於男性方面。科學研究報告，它有刺激頭髮生長及停止脫髮的情況。Finasteride 的作用是透過減少雄性素雙氫睪固酮(DHT)的產生，此激素被發現為導致男性形禿髮的主要成因，但又不影響雄酮素(Testosterone)。因此，它出現於男性性功能方面的副作用只是輕微及只出現少於百分之二的服用者。Finasteride (Propecia[®])的功效在早期或中等程度的禿髮情況最為顯著，但對嚴重禿髮者亦有助保存現有頭髮，因此它常被植髮手術醫生用作減慢脫髮的治療，同時亦被用作植髮手術後保留植髮區後方現存頭髮的同步治療。

外用的米諾地爾液(Minoxidil) (Rogaine[®])已被沿用超過十五年，它有助減慢脫髮，但對於刺激頭髮生長，效果則欠佳。高濃度液(5%)可提供給男仕選用而效果亦較 2%為理想。但 5%濃度 Minoxidil 並不適用於女性因為它會刺激面部毛髮生長，同時亦有報告顯示出在女仕方面，5%□比 2%的效果為佳。

兩種藥物治療都必須持續使用以維持其理想效果，如果停止使用，脫髮情況會再次發生。然而，此藥物治療並不是對所有患者都有功效，但報告顯示出對大部份人而言，效果是有的。再者，兩種藥物同時使用，對雄激素脫髮有額外的治療功效。

我怎樣找尋一位合資格的植髮手術醫生？

國際頭髮修補外科學會(ISHRS)是目前最大形的學會，宗旨在提倡植髮手術及技術的改良及演進。同時，亦提供了另一渠道，讓你找到一位合資格的植髮手術醫生。

附免費電話查詢：1-008-444-2737

或可遊覽網址：www.ISHRS.org

ISHRS 並□會褊袒施行某類技術或治療方案，混合多種技術或治療方案始能為患者帶來最理想效果，每一種不同的技術及治療方案都能達到理想效果。至於選用那類形的技術或治療方案，則有賴於個別患者與植髮手術醫生之間的詳細會診及解說。