

**「知っておきたい
髪のしくみとトラブル」**

なごみ皮ふ科

齊藤 典充

2021/3/14

第11回「市民公開講座」

しなやかで健康な髪を守るために

知っておきたいとこ

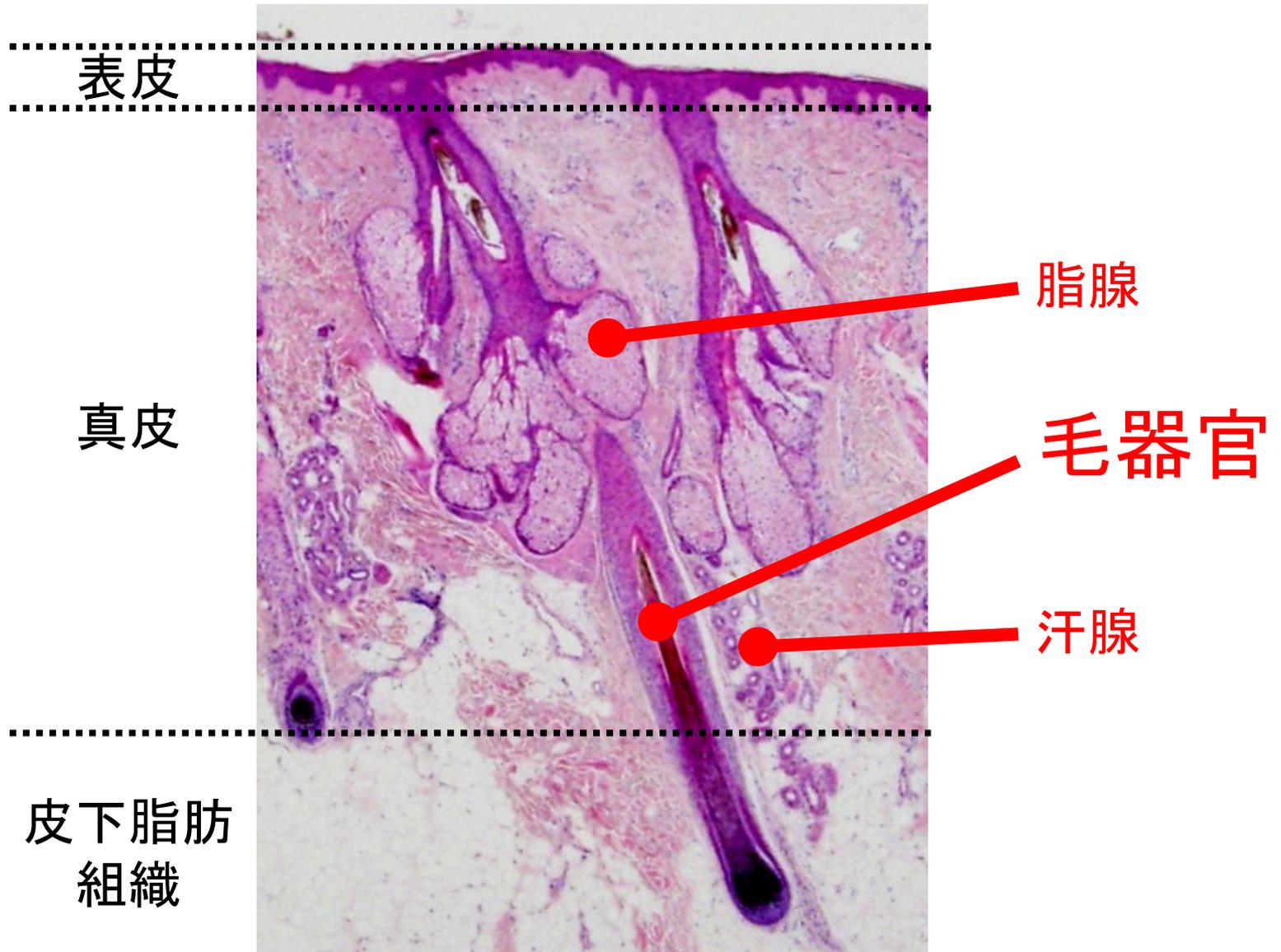
本日の講演内容

- 毛の基礎知識・脱毛症とは
- 代表的ないくつかの脱毛症

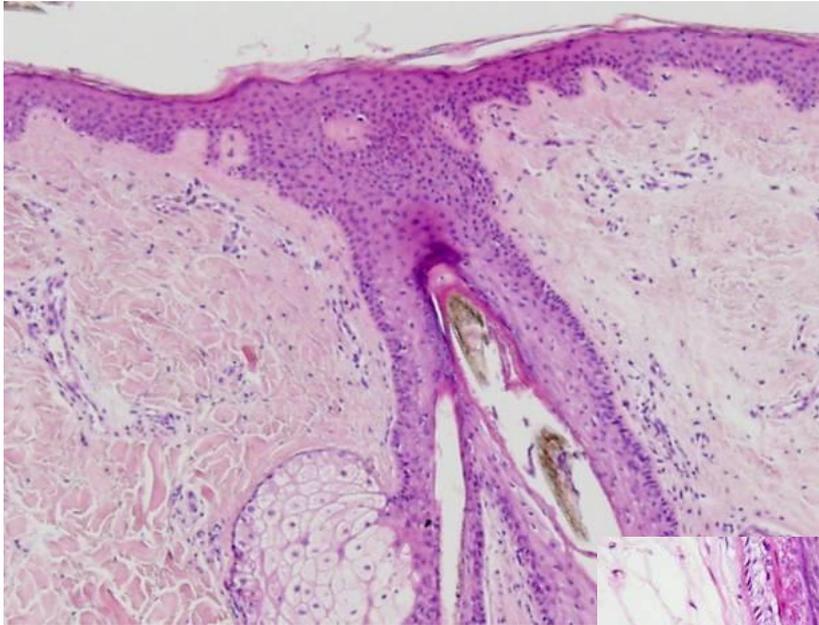
本日の講演内容

- 毛の基礎知識・脱毛症とは
- 代表的ないくつかの脱毛症

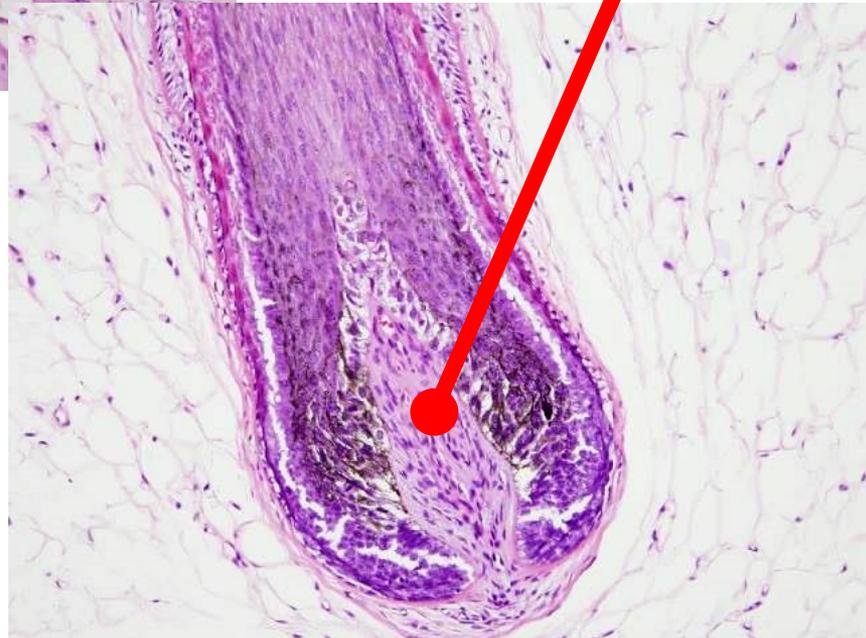
毛包および周囲組織の構造



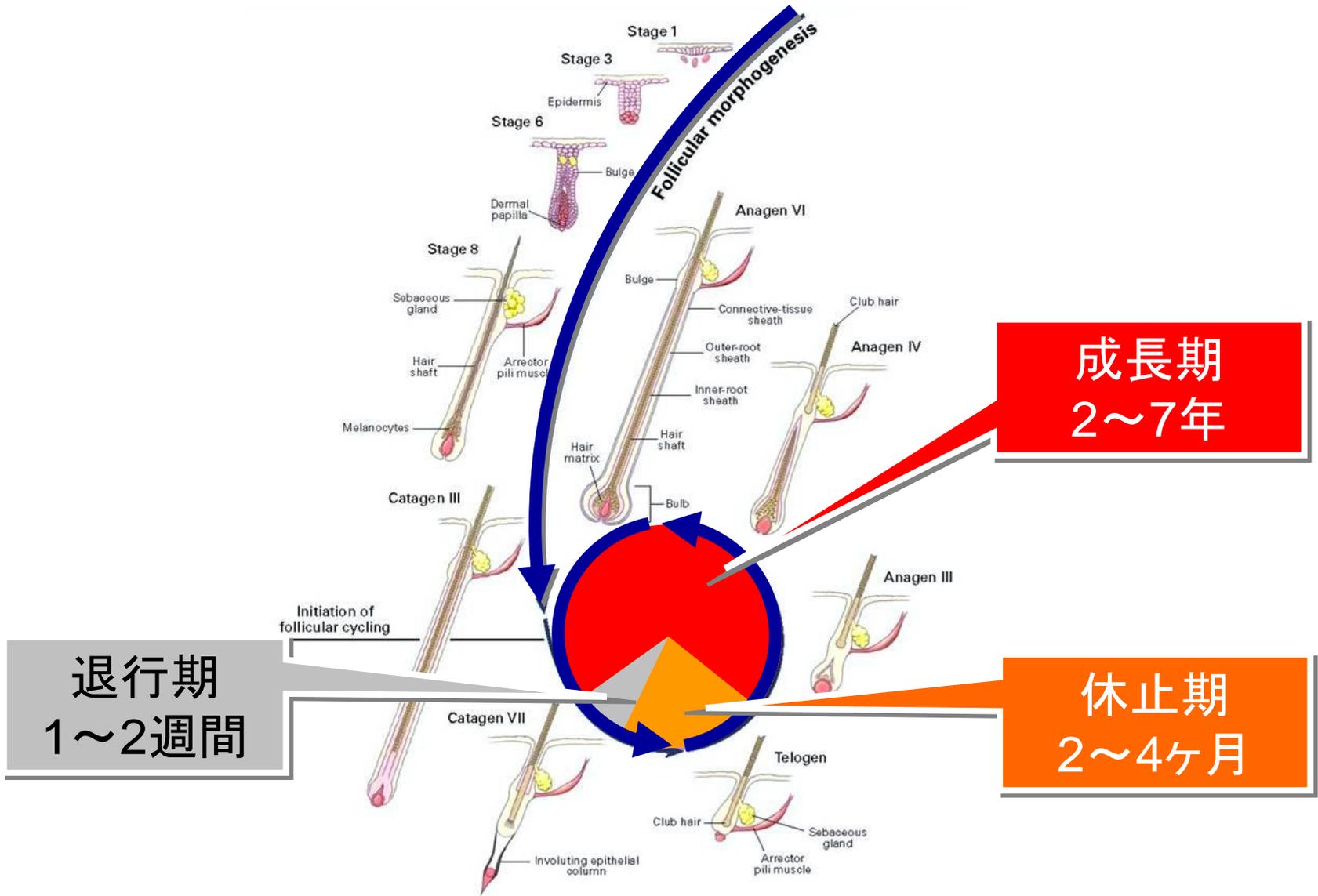
毛包開口部および毛球部



毛乳頭



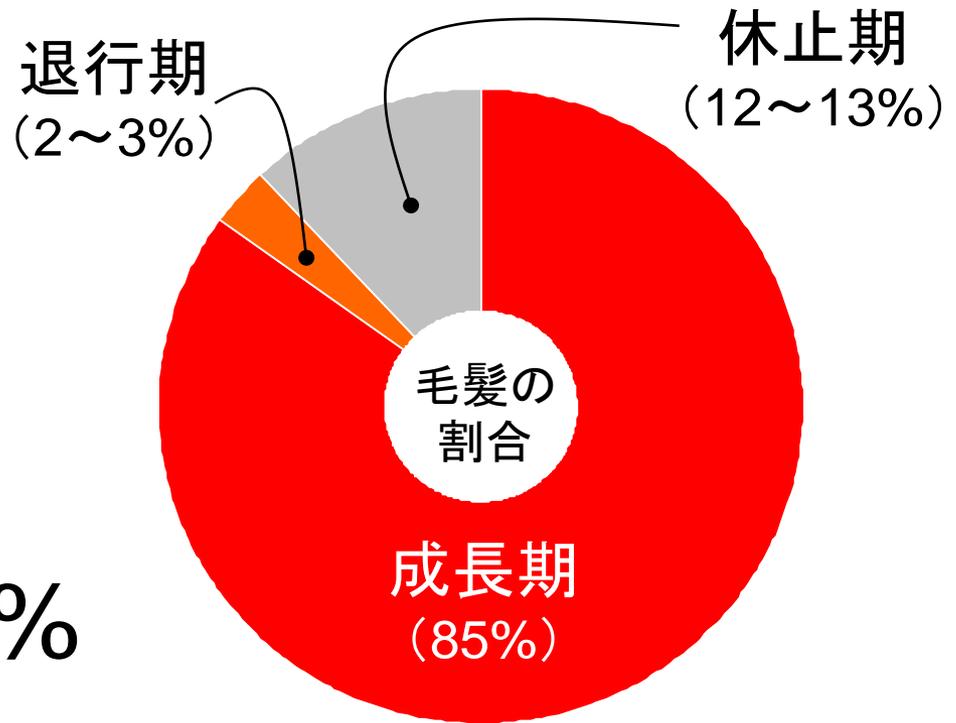
毛周期(ヘアサイクル)



頭髪は全部で何万本？

頭髪は約10万本

- 成長期：85%
- 退行期：2～3%
- 休止期：12～13%



毛髪は1日に50～100本は脱毛する(生理的脱毛)

毛髪の伸びる速度：約0.4 mm/日

髪の毛のトラブル、悩みとは？

髪の毛のトラブル

- 髪がぱさつく、くせ毛である、ふけが多い。
- 白髪が多い。
- 髪が細くなった。
- 抜け毛が多い。(脱毛症)

✓ 髪の質

✓ 髪の色

✓ 髪のボリューム

髪の数 → 脱毛症

髪の太さ → 加齢？



脱毛症とは

休止期に抜けた毛髪は再び成長期にもどり発毛するため、毛髪量は保たれます。しかし何らかの理由で、生理的脱毛以上に脱毛すると、全体の毛髪量は減少します。これが脱毛症です。

脱毛症の分類

後天性脱毛

1) 癬痕や皮膚病変を伴わない脱毛

円形脱毛症

男性型脱毛

分娩後脱毛

内分泌疾患に伴う脱毛

2) 皮膚病変ないし病的皮膚にみられる脱毛

炎症によるもの: SLE, 皮膚筋炎など

感染によるもの: 梅毒、白癬

腫瘍によるもの

3) 癬痕性脱毛

感染によるもの: ケルスス禿瘡など

特殊疾患: 円板状エリテマトーデス、morphea

腫瘍

外傷

先天性脱毛

1) びまん性

先天性無毛症

2) 限局性

母斑性

aplasia cutis

先天性三角脱毛

癬痕性

先天性脱毛症



先天性乏毛症



先天性表皮欠損症

先天性脱毛症



先天性三角形脱毛



脂腺母斑

後天性脱毛症



円形脱毛症



男性型脱毛

後天性脱毛症



熱傷瘢痕による脱毛



抜毛症

本日の講演内容

- 毛の基礎知識・脱毛症とは
- 代表的ないくつかの脱毛症

代表的ないくつかの脱毛症

- 男性型脱毛症
- 女性にみられるびまん性脱毛症
- 加齢による脱毛
- ダメージヘア

代表的ないくつかの脱毛症

- 男性型脱毛症
- 女性にみられるびまん性脱毛症
- 加齢による脱毛
- ダメージヘア

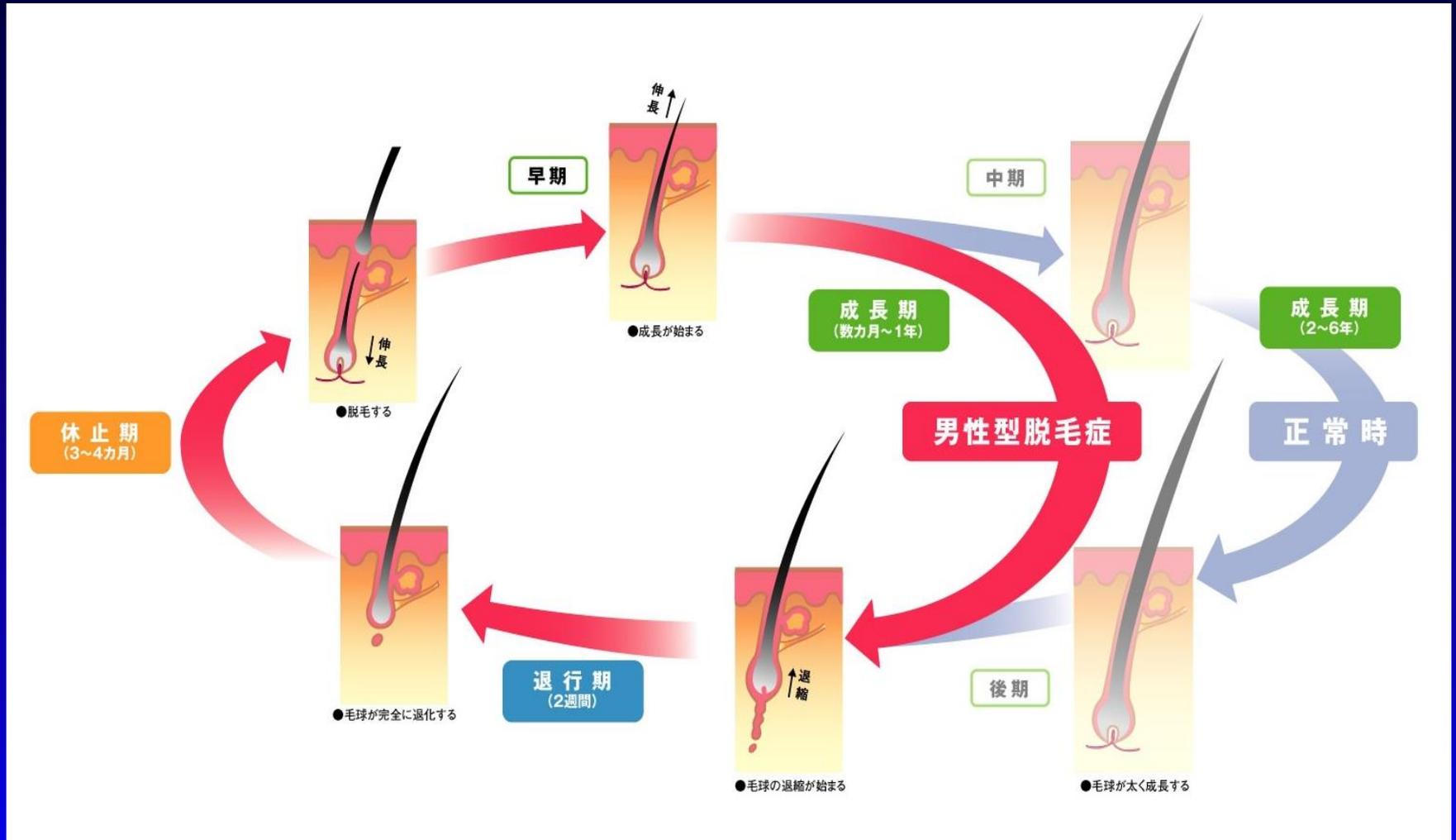
男性型脱毛症 (AGA)

- 男性型脱毛症は、壮年性脱毛とも呼ばれる
(Androgenetic alopecia <AGA>, Male pattern hair loss, ...)
- 思春期以降に始まり、徐々に進行する
- 男性の前頭部と頭頂部の頭髪が薄くなり、最終的には後頭部と側頭部を除いて脱毛が進行する
- 硬毛の軟毛化が引き起こされる(毛が細く短くなる)

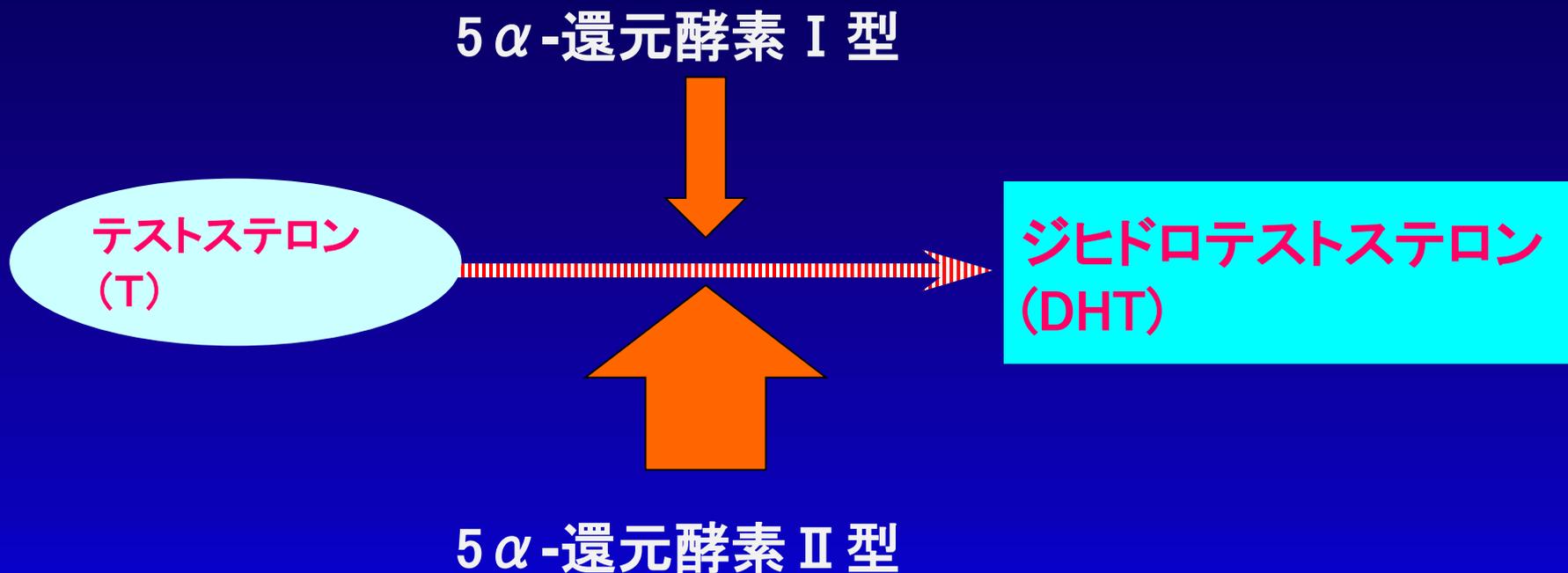


Drake, LA., et al.: J. Am. Acad. Dermatol. 35:465,1996より

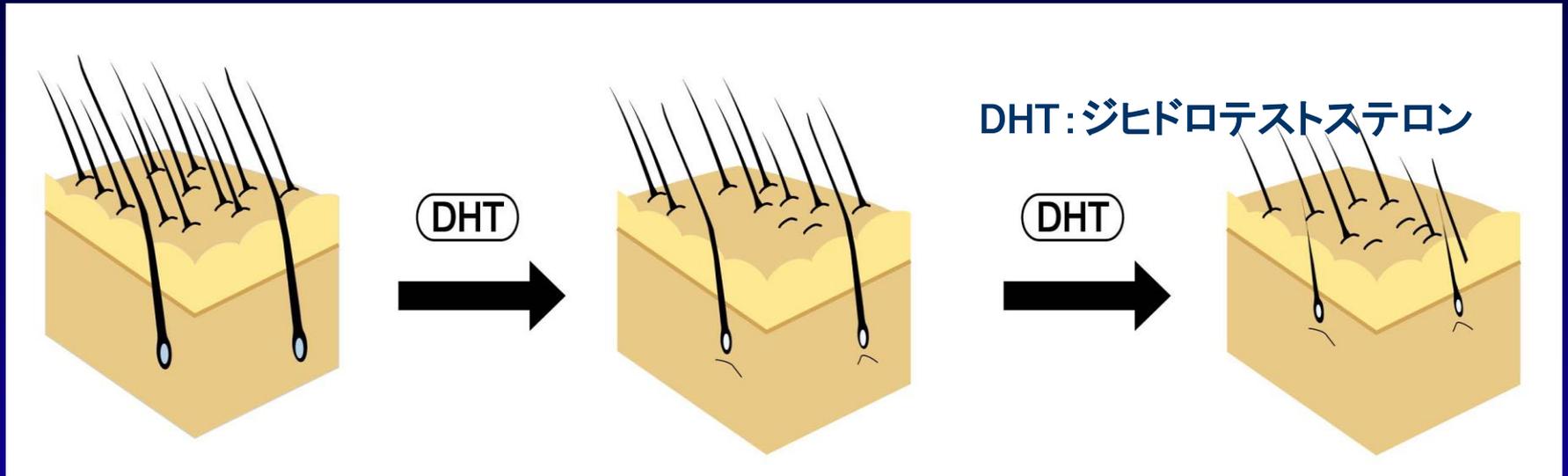
男性型脱毛症(AGA)のヘアサイクル



男性ホルモン



AGAの進行



健康な毛髪
(太く色も濃く、コシのある毛)

硬毛

薄毛の進行 ミニチュア化
(細くて色も薄く、弱々しい毛)

軟毛

AGA(臨床像)



女性の男性型脱毛症

女性でも**卵巣**や**副腎皮質**で産生された**男性ホルモン**が毛乳頭に作用し、軟毛化をきたすことにより**男性型脱毛症と同様の脱毛を生じる**。一般的には性ホルモンのバランスが著しく変化する**閉経前後**に頭頂部の**薄毛が顕著**になる。

最近では20歳代後半から30歳代半ばで脱毛症状を自覚する女性もいる。

女性の男性型脱毛症



毛直径の不均一性



男性型および女性型脱毛症 診療ガイドライン 2017年版

「男性型および女性型脱毛症診療ガイドライン」
作成委員会

眞鍋 求、坪井良治、板見 智、長田真一、
天羽康之、伊藤泰介、乾 重樹、植木理恵、
大山 学、倉田荘太郎、幸野 健、齊藤典充、
佐藤明男、下村 裕、中村元信、成澤 寛、山崎正視

日本皮膚科学会雑誌:127(13), 2763-2777, 2017

日本皮膚科学会ホームページ:

<http://www.dermatol.or.jp/>

推奨度 A

(行うよう強く勧める)

- ミノキシジル外用

(男性): 5% 外用療法の第一選択薬として
(女性): 1% 用いるべきである。

- フィナステリド・デュタステリド内服

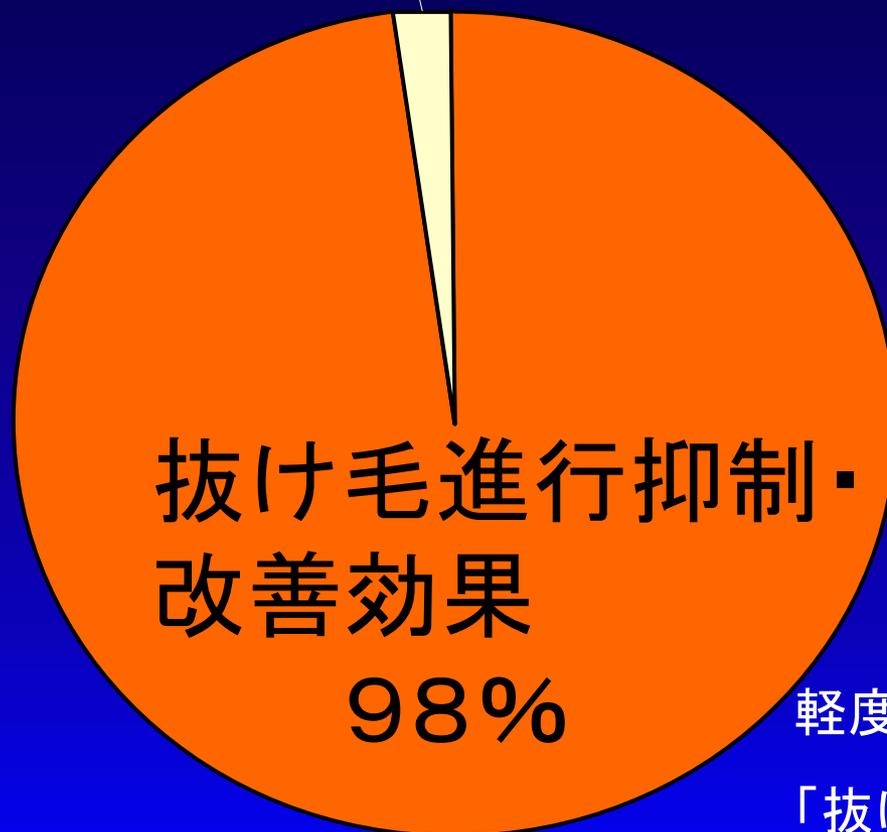
(男性) 内服療法の第一選択薬として
用いるべきである。

※いずれの治療法も良質なランダム化比較
試験において有効性が示されている。

抜け毛進行抑制・改善効果 (フィナステリド)

— 頭頂部写真評価: 3年後 (1mg投与群) —

進行 2%



n=99

軽度改善以上および不変を
「抜け毛進行抑制・改善」とした。



開始時



2ヶ月後



3ヶ月後



4ヶ月後



6ヶ月後



7ヶ月後



10ヶ月後

北里大学症例4
経過写真
(改善)

推奨度 B/C1

(行うよう勧める／行っても良い)

- 塩化カルプロニウム(カロヤン)外用(男性、女性)
- 医薬部外品・化粧品の外用
 - t-フラバノン(サクセス)、アデノシン(アデノゲン)(男性)(女性)、サイトプリン・ペンタデカン(イノベート)、
ケトコナゾール
- 自毛植毛 (男性)(女性)

推奨度 B

(行うよう勧める)

- LEDおよび低出力レーザー照射

赤色LEDライトの照射で細胞が活性化される。

推奨度 D

(行うべきではない)

- フィナステリド・デュタステリ内服(女性)

- 良質なランダム化比較試験において無効。

- 妊婦に投与するとDHTの低下により男子胎児の生殖器官の正常発育に影響を及ぼすおそれがある。

妊婦または妊娠している可能性のある女性、授乳中の女性への投与は禁忌

- 人工毛植毛

義髪について

- 義髪(カツラ)を使用することによる、脱毛症への治療効果はないが、**QOLの改善**につながる。
- 義髪を使用することにより、「毛髪に栄養が行きとどかなくなる」、「脱毛が進行する」などの毛髪への障害はない。

義髪について

- 患者さんの中には「義髪を装着することは治療に負けることだ」と考え、義髪の装着をかたくなに拒否する場合もある。
- 義髪を装着した場合に不意に外れてしまうことが心配。「ヅラ」のイメージ、お笑いのネタ使用されるなど義髪に対する悪いイメージがある。
- 義髪メーカーは義髪の質の向上を図るばかりでなく患者さんのニーズに応じた様々なサービスを提供している。

代表的ないくつかの脱毛症

- 男性型脱毛症
- 女性にみられるびまん性脱毛症
- 加齢による脱毛
- ダメージヘア

女性にみられるびまん性脱毛の原因

- ・女性の男性型脱毛症
- ・出産後脱毛
- ・ストレス
- ・高熱
- ・大量出血
- ・栄養不良(急速なダイエット)
- ・甲状腺疾患
- ・腎不全
- ・膠原病
- ・肝機能障害
- ・薬剤性
- ・原因不明

女性にみられるびまん性脱毛



透析患者にみられる脱毛

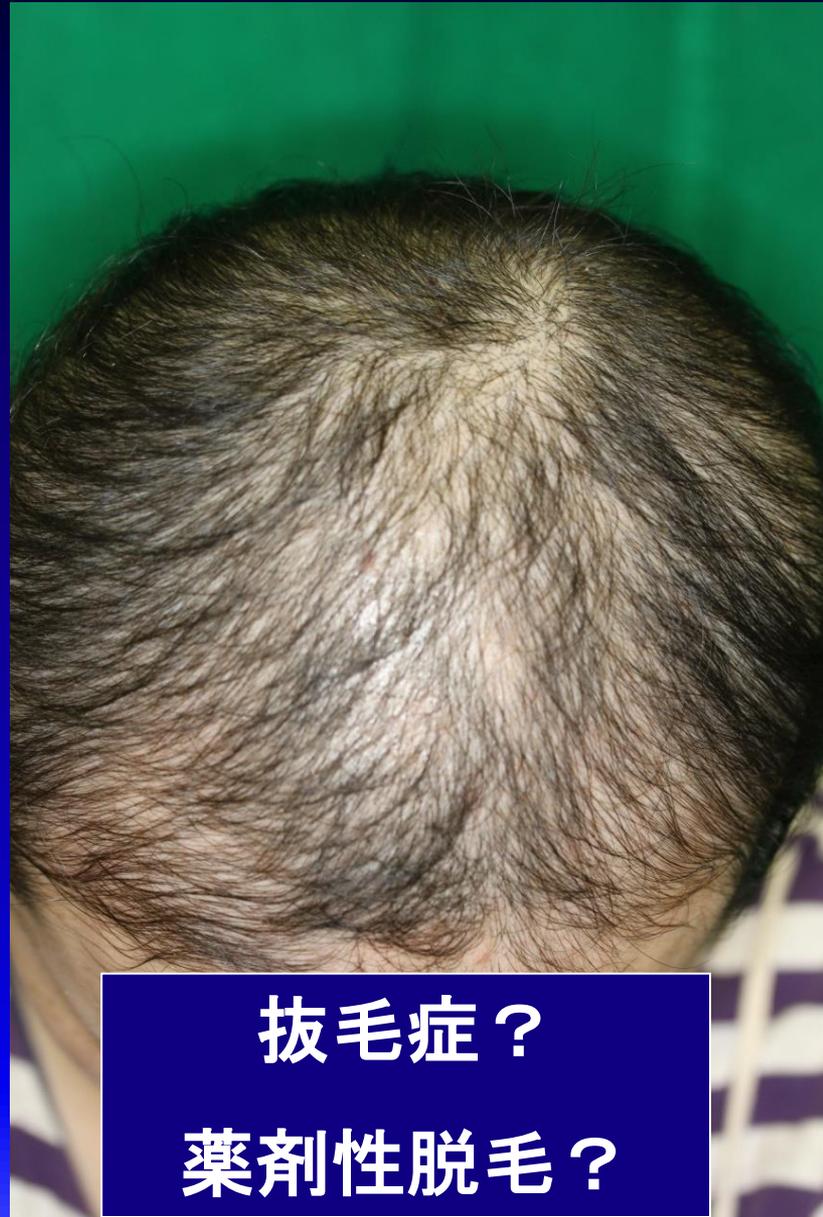


シェーグレン症候群で
みられる脱毛

女性にみられるびまん性脱毛



女性にみられるびまん性脱毛



抜毛症？
薬剤性脱毛？

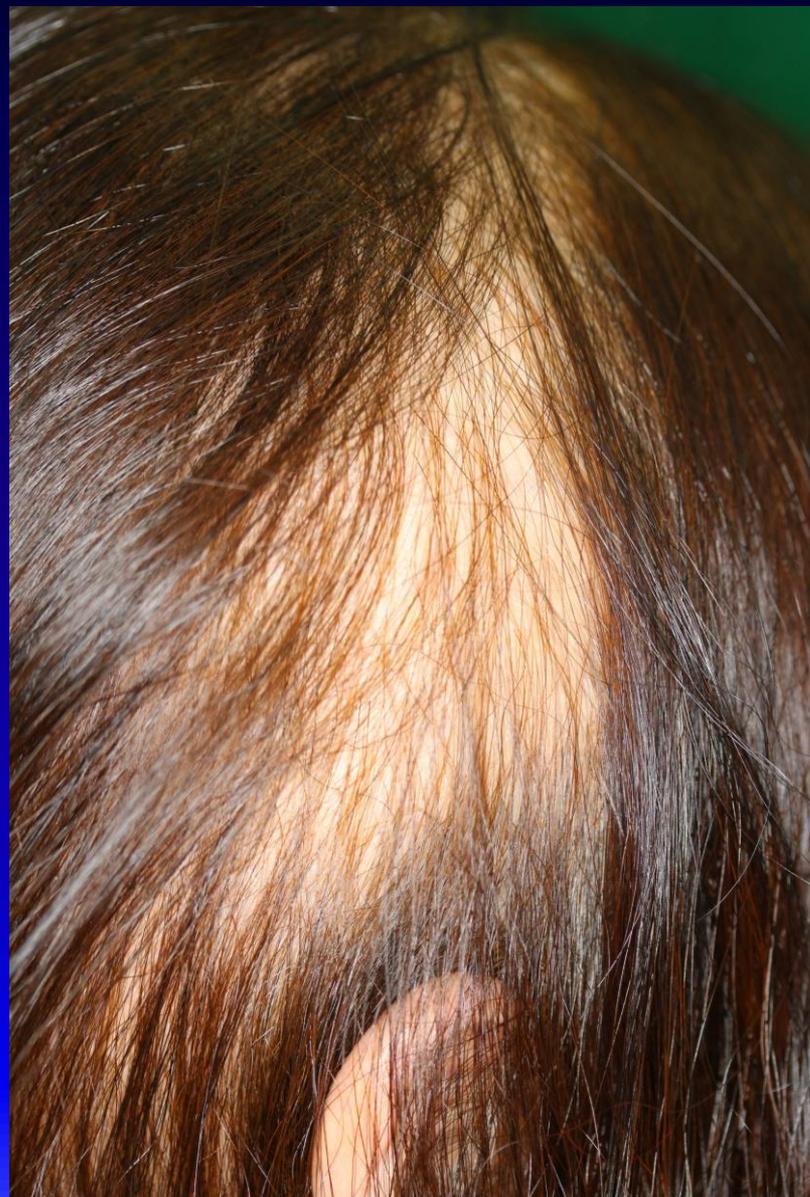


原因不明

代表的ないくつかの脱毛症

- 男性型脱毛症
- 女性にみられるびまん性脱毛症
- 加齢による脱毛
- ダメージヘア

加齢による脱毛



加齢による毛髪の変化

植木らの報告

- 成長速度と成長期毛率

20歳代 : 他年代に比し高値

30歳～50歳代(閉経前) : 有意差なし

閉経後 : 低値

- 毛髪直径

30歳～40歳代 : 最も太い

20歳代 : 最も細い

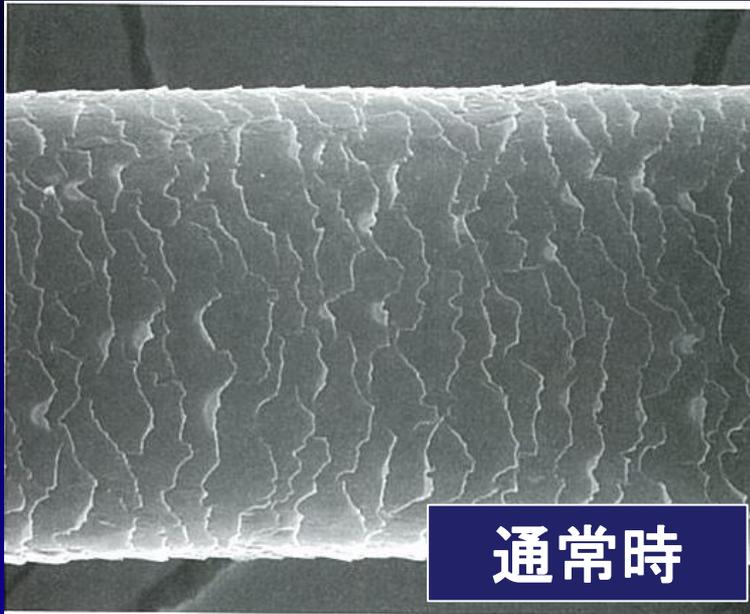


閉経に伴う変化は主に成長速度の低下

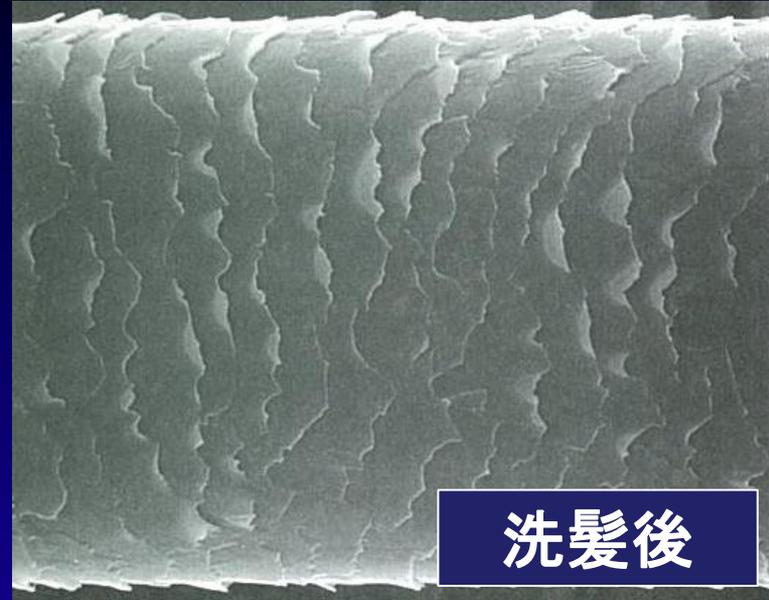
代表的ないくつかの脱毛症

- 男性型脱毛症
- 女性にみられるびまん性脱毛症
- 加齢による脱毛
- ダメージヘア

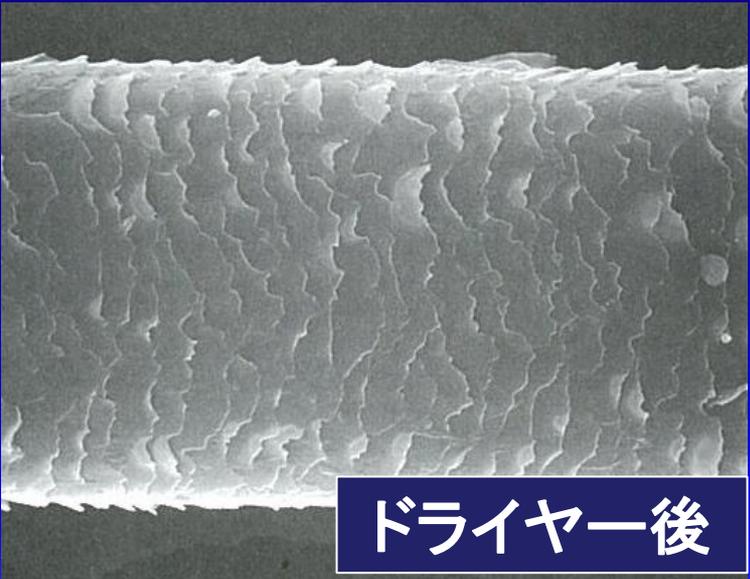
ダメージヘア



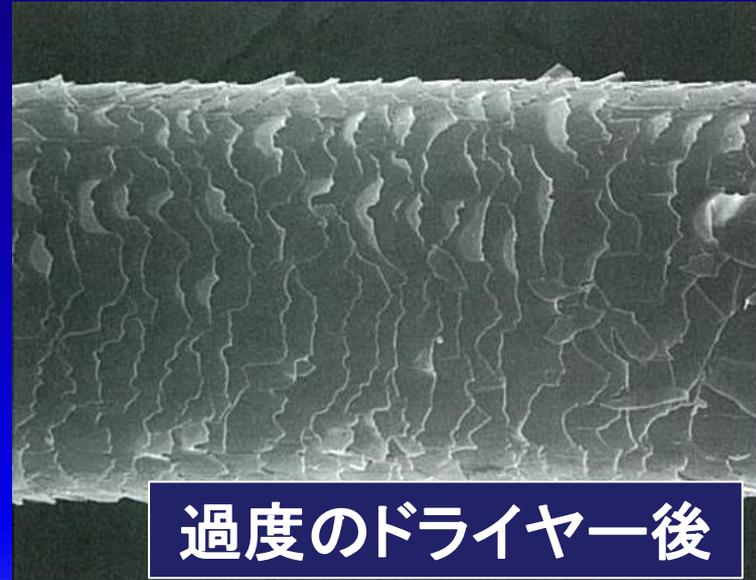
通常時



洗髪後



ドライヤー後



過度のドライヤー後

頭皮のダメージ

頭皮は髪の毛を支える土台である。

頭皮のダメージは抜け毛の原因となる。

- ・シャンプー
- ・ヘアスタイリング剤
- ・ヘアトリートメント剤
- ・パーマメント・ウエーブ剤
- ・ヘアカラーリング剤（染毛剤）
- ・リンス
- ・ヘアトニック

この後の中田先生のご講演をお楽しみに！

美容師(ブリーチによる瘢痕性脱毛)



本日の講演内容

- 毛の基礎知識・脱毛症とは
- 本日注目する脱毛症
- 髪の毛を健康に保つためには

この後の野村先生のご講演を乞うご期待！

本日の講演のまとめ

- 抜け毛には様々な原因があります。まず自身が脱毛症なのかの判断が必要です。
- 脱毛症では正しい診断を受け、適切な処置を行うことが必要です。多量の抜け毛が続く時には専門医の診察を受けましょう。
- 過剰なケアにより髪の毛、頭皮を傷つけ、抜け毛を増やしていることもあります。

ご清聴ありがとうございました。