

# 年纪轻轻,为啥就会脱发

医生:跟遗传、精神因素和生活习惯有关

不知从何时起,脱发已经成为了打破年龄界限的终极困扰。相关数据显示,我国脱发人数已超2.5亿人,平均6人中就有一人脱发,且脱发趋势呈现低龄化、年轻化状态,这一代人的脱发年龄比上一代人提前了至少10年。



## 1 37岁的男子脱发成秃顶

门诊的脱发患者中,雄激素性脱发(简称“雄脱”)占了一半以上,这是临床上最常见的一种脱发类型,发病原因目前不明确,但医学界普遍认为受遗传、雄激素水平、环境、精神等因素影响。

“现代人工作压力大,生活节奏快,熬夜加班作息不规律,都会干扰毛发生常的新陈代谢,导致毛囊萎缩,头发稀疏变细,最终脱落。”浙江省皮肤病医院医生尤建华介绍,男性“雄脱”一般是从前额两侧开始,逐渐向头顶延伸,呈M形;女性则多表现为头顶发缝稀疏。

“雄脱”患者多为三四十岁的男性,有些人没几年的工夫,就从“发量王者”到严重秃顶,37岁的婚礼司仪方达(化名)就是如此。

3年前,方达开始脱发,逐渐加重,头顶越来越秃,两侧的鬓角变得稀疏,形象大打折扣。

“干我们这行的,颜值很重要,秃顶后,我整个人老了10来岁,客户常常在网上跟我聊得很好,但线下一见到我本人,立刻就请我不主持了。”方达一肚子苦水,职业生涯也遭受了重创。他去皮肤科和内分泌科做了各项检查,医生说是雄激素性脱发。

为了改善脱发并帮助生发,方达吃过药,涂过生发剂,做过头皮按摩,也试过食补,但都无济于事。眼看头顶将要“寸草不生”,为了不丢饭碗,他只好买了一顶假发。

“医生给的方案都差不多,可用药后新长出来的头发又细又软,也容易掉,头顶看起来还是光秃秃的。”方达怀疑自己得了无药可救的皮肤病,到处求医,去年,他来到浙江省皮肤病医院。

在详细了解病史后,尤建华发现,方达最大的问题在于没有规范化治疗

并坚持用药,这也是大部分脱发患者的通病。

“雄脱”其实治起来并不难,主要采用口服非那雄胺片,外用米诺地尔酊剂,再配合微针、激光的联合治疗方案,大部分患者两三个月就能看到生发效果,但想要维持持久疗效的话,一定要长期坚持治疗。”

在尤建华的督促下,方达再一次进入治疗周期。这次,他整整坚持了半年,细软黑发长出后,逐渐变粗、变硬,头顶上不再尴尬,自信心又回来了。

尤建华提醒大家,日常生活中,一摇头,脱落有五六根,持续时间一两个月的,或头发明显变细、变软的,都要尽早就医,及时干预。“雄激素性脱发要早诊早治,要注意,一旦毛囊发生严重微小化,脱发就不可逆了。”他说。

## 2 斑秃跟精神因素和生活作息关系密切

“妈妈,我终于不用戴假发了!”去年,初中女学生小梅(化名)摘下了假发,重新回归校园。看着女儿恢复了以往的朝气,母亲陈菲喜极而泣。

小梅多年的求医经历好像一场梦。5年前的一个周末,小梅洗完澡时突然大喊:“妈妈,我的头发没了!”陈菲冲进浴室里,拨开女儿的头皮,左侧一块椭圆形的裸露皮肤赫然在目。

“这是怎么了?‘鬼剃头’?”陈菲吓出一身冷汗,赶紧带女儿去当地医院皮肤科检查,医生诊断为斑秃,用药后不见好转,反而愈演愈烈。

“家里的地板上、被子上、枕头上,都是孩子掉落的长发,后来,睫毛、眉毛也

开始掉,我每天收拾屋子,看到都很心痛。”陈菲回忆。

头发越来越少,小梅每天上学都戴着帽子,后来又戴上了假发,同学们私下的议论和异样的目光,让原本开朗活泼的她变得敏感、自卑,后来就休学在家了。

多年来,母女俩辗转求医,每次治疗后,看着裸露的头皮上开始长出稀疏的毛发,她们心中都会燃起希望,然而没过多久,斑秃又复发,将小梅“打回原形”。

陈菲感到心力交瘁,经朋友介绍,她抱着最后试一次的心态,找到了尤建华。尤建华劝慰她不要泄气:“斑秃是一种难治性的自身免疫性疾病,遗传和环境激发有关系,孩子的父亲有轻微斑秃病史,

她患病的风险本身就比普通要高。”

在皮肤镜下,小梅的头皮上仅剩少许白色的毛发,被确诊为重症斑秃。

经过外用膏药、口服激素、头皮滚针、准分子激光等联合治疗20多天后,小梅的头上长出了短短的黑发,又过了一个月,复查时,新头发已经覆盖了头顶,她终于可以摘掉假发了。

尤建华介绍,斑秃的反复发作跟精神因素和生活作息也有密切关系,患者不要压力过大,作息要规律,不要熬夜,同时保证充足的睡眠和均衡的营养,以及适度锻炼。

据极目新闻

# 突发腹痛呕吐,原是疝气引发了肠梗阻

医生:拖延下去有危险,应及时就医

90岁的武汉人王女士在外地休养时,突然出现腹痛、腹胀症状,服药观察几天后,愈发严重。近日,家人紧急驱车将王女士接回武汉检查。最终,王女士被确诊为疝气引发的肠梗阻,在医生的帮助下,她才脱离险境。

近日,王女士突然出现腹痛、腹胀,以及食欲下降、恶心呕吐等情况,王女士的家人以为她只是吃坏了肚子,便让她吃点消炎药,然后自行观察。谁料,王女士的不适症状不仅没有缓解,还愈发严重。家人这才慌了神,立即驱车把王女士接回武汉就医。

在武汉市普仁医院急诊科,医生们

迅速为王女士进行了全面检查。检查结果显示,王女士的不适症状竟是由右侧股疝嵌顿导致的肠梗阻引起的,病情危急。

“嵌顿性股疝嵌顿指的是腹股沟疝内容物突入皮下,且无法回到原位的情况。这种情况通常是腹壁薄弱和腹腔内压力增高所导致的。如果未能及时治疗,就会导致肠缺血、坏死或腹腔感染,甚至危及患者生命。”肝胆胰疝外科主治医师李威介绍。

经过详细、严格的各项评估和术前准备,近日,肝胆胰疝外科主任杜杰带领团队为王女士做了手术。术中

发现,王女士的肠梗阻已经导致了小肠缺血,好在尚未导致肠坏死。医生为她进行了右侧股疝无张力修补术,解除了她疝气嵌顿的危急情况,缓解了肠梗阻。术后,王女士的恢复情况良好。

武汉市普仁医院肝胆胰疝外科主任杜杰提醒,预防疝气的发生,需要合理饮食,适当运动,避免腹部持续受压,不要憋尿,并保持大便通畅等。若发现有疝气,应及时前往专业医院就诊,听从医生的建议,避免延误治疗时机,导致病情加重。

据极目新闻

# 尝鲜吃了织纹螺 差点送命进医院

医生:每年都有中毒者

赶海吃海鲜,听起来十分惬意,可有人贪嘴尝鲜,把自己送进了医院。

## 十几颗织纹螺让她四肢麻木、透不过气

近日,浙江宁波32岁的徐女士受朋友邀请来到海边玩。岸边礁石缝里的螃蟹、螺、贝壳引起了大家的注意。这样的美味可不能错过!大家一起抓海鲜,一个多小时后,满载而归,准备一饱口福。

徐女士在这些海鲜中认出了织纹螺。她虽然从新闻中看到过这种螺有毒的信息,但是又不甘心放弃尝鲜,便吃了十几颗。一个多小时后,她的身体出现了异样。

起先,徐女士的四肢开始发麻、使不上劲,随后,这股麻意蔓延到了嘴角。紧接着,她又出现了恶心、胸闷的感觉,透不过气。意识到情况不妙,家人赶紧带着她来到浙江省宁波市医疗中心李惠利医院急诊科。

接诊的急诊科医生肖阳海详细了解病史后,结合症状判断徐女士为织纹螺中毒,属于轻中度,需要住院治疗。医护团队为她进行了洗胃、血液灌流等一系列解毒治疗。目前,徐女士的情况已得到明显改善。

事后,徐女士从朋友处了解到,几人中还有另外一位朋友也出现了类似的状况,但中毒情况相对较轻,已自行缓解。肖阳海说:“有时候,吃一颗织纹螺就可能致命。”

## 煮熟也无法完全去除毒素

肖阳海介绍,因味道鲜美,织纹螺曾是沿海老百姓餐桌上常见的食物。实际上,织纹螺可能含有河豚毒素,不宜食用。它原本无毒,但因在生长过程中可能摄食过有毒藻类而蓄积藻类毒素,从而被毒化。

约0.5毫克的河豚毒素即可毒死一个成年人。更重要的是,河豚毒素受热并不会分解,仅靠煮熟、煮透是无法完全去除毒素的。人一旦食用了含有河豚毒素的食品,毒素会通过阻断钠离子的通道功能来干扰神经传导,使人产生头晕、呕吐、口唇及手指麻木等中毒症状。

“并不是吃得越多中毒越严重,有时候,食用一颗就可能致命。这种毒素的潜伏期最短为5分钟,最长为4小时。”肖阳海强调。曾有媒体报道,一女子吃完两捧织纹螺后心跳骤停,经过约9分钟的心肺复苏才恢复心跳,随后被转入重症监护室进一步治疗。

## 多地发警示:勿食织纹螺

每年夏秋季节都是食用织纹螺中毒的高发季节,全国多地也曾多次发布警示,提醒市民勿食织纹螺。

广东省市场监督管理局曾发布食品安全消费提醒,其中提到“不食用野蘑菇、鲜黄花菜、河豚、织纹螺以及一些可能具有毒性或有寄生虫风险的产品”。广东佛山、韶关等地市场监管部门也发布过类似的安全消费提醒。

深圳市市场监督管理局曾发布提醒,学校食堂要禁止食用织纹螺等食品。

福建省泉州市海洋与渔业局也发布提醒,食用织纹螺后可产生头晕、呕吐、口唇及手指麻木等中毒症状,潜伏期最短5分钟,最长可达4小时。该局提醒大家切勿食用织纹螺,以免发生意外。

肖阳海说,医院每年都会接诊徐女士这样心存侥幸的患者。广大群众要提高自我保护意识,不要在任何季节购买、捕捉、食用织纹螺。一旦误食织纹螺后,如发生口唇麻木等类似神经系统中毒症状,应当立即到医院就诊。“不要小看一颗织纹螺,重症者可能出现瘫痪、言语不清、声嘶、紫绀、呼吸困难、神志不清、休克等症状,最后因呼吸、循环衰竭而死亡。”

市场监管部门提醒,切勿为一时口腹之欲而冒险食用织纹螺,若发现食品生产经营单位采购、加工和销售织纹螺的行为,可拨打12315举报。

据央视新闻