

脱发易增加患癌风险 熬夜多、压力大 90后成了“秃”出群体

►近日,国内专业医美平台发布《2019更美AI全国颜值图鉴》称,现代年轻人因精神压力过大而导致秃头。截至11月11日8点,天猫双11假发套成交件数TOP10城市榜单显示,上海成为全国最“秃”飞猛进的城市,90后成为本届双11最为“秃”出群体,假发套成交人数占42.21%。

►那么,究竟是什么原因造成年轻人秃头呢?我们该如何保护头发,维持发量?连日来,记者走访了多名脱发困扰者、理发店及植发医院,探究其原因。

90后加入脱发大军

如果你的一头秀发还密实,就已经成为人群中的佼佼者了!国家卫健委发布的脱发人群调查显示,我国脱发人群已经超过2.5亿。这一数字和中老年人常伴有的慢性病——高血压患者的数量相当!《2019国民健康洞察报告》显示,脱发已经成为“90后”的五大健康困扰之一。

以往人们看到明星,都会羡慕外貌、身材。可是如今90后“识人”,发量也成了羡慕条件之一。在受年轻人喜欢的明星中,前有杨幂、后有程潇,都因为发际线、发量问题成为网络热门话题。更有1998年出生的“童星”阿尔法因

熬夜和焦虑脱不开关系

早前一条南京21岁大学生跟老师“请假植发”的消息曾引起热议。很多人不明白,这“中年哀事”怎么会让学生先尝?事实上,我国的脱发人群年龄确实在向前移。

中国医学科学院整形外科医院毛发移植中心蒋文杰副主任医师表示:“脱发人群年龄前移这一点在门诊上有明显的感觉,脱发的人数跟过去比起来更加年轻化了。”目前门诊中前来咨询脱发情况的患者,最小年龄在15岁左右,且男女都有。按这样比例来看,90后受脱发困扰的人大约可占到30%。

专家认为,熬夜和

为头发的“秃然”出现,让人们惊叹:95后都已经“秃”了吗?

以前,年轻的90后常说,“头可断,发型不能乱”!可如今,90后已纷纷哀叹:“熬夜猝死我不怕,熬夜会秃,我马上就睡觉!”更有网友把自己掉落的每一根头发都起了名字,以视珍贵;还常听到他们自我调侃:“脱贫是不可能的,只有脱发了。”

脱发问题,已经“出圈”成了全民话题。记者询问周围的朋友,几乎很少有人不受脱发困扰,平常掉几根头发大家都很痛心疾首。走在路上放眼望去,大家的发量貌似也不太乐观。

焦虑或是年轻人脱发问题最大的影响因素。“脱发中最常见的是脂溢性脱发,也就是雄激素性脱发,这类人群多数是和遗传有关,因为头皮对雄激素更敏感而掉头发;另外也和生活习惯有关系,当我们内心觉得压力过大的时候,就会感觉头发似乎也掉得多了。”

而且现在年轻人多半有熬夜的习惯,凌晨一二点睡觉甚至是常态,这也会影响头发的生长。专家介绍,熬夜导致脱发主要是由于熬夜大脑长期处于高度紧张状态,或可导致头皮血液循环不畅,头皮缺血,进而造成毛囊萎缩脱发。

女人脱发VS男人脱发,谁更惨?

生活中,“地中海”似乎大都存在男人身上,这是不是说明男人脱发更厉害?不!女人脱起发来,连自己都怕!《2019国民健康洞察报告》显示,论脱发的严重程度,男人可是赢不了女人的!

女人脱发严重,是一种怎样的体验?洗头时,脱掉的头发总是把厕所堵住;吹头梳头时,头发簌簌往下掉,让人心疼无比;不能电发、不能卷发,弄不了好看的发型,形象气质随着日渐稀疏的头发变得越来越low;头发越来越少,开始走上了买假发的道路;花了重金去植发,但植发后依然掉发,感觉钱都打了水漂……

脱发可分为生理性脱发与病理性脱发,一般而言,成年人一天的脱发若在50~60根之间属于正常现象,如果一天脱发量超过100根,并且持续的时间较长,就要考虑去医院走一趟了。

脱发这个小恶魔,能换着花样去折磨人类,光是类型就有好几样,如:脂溢性脱发、斑秃性脱发、精神性脱发、内分泌失调性脱发、营养性脱发、化学性脱发等等。现代女性精神紧张、工作压力大、睡眠缺失,加上饮食偏油腻,体内的荷尔蒙很容易就“不听话”,引起脱发症状。

脱发易升高患癌风险

西装、公文包、微秃的前额,一度是中年成功人士的典型符号。不过如今,20岁左右的“90后”青年也开始遭遇脱发问题。

有调查显示,20~40岁的男士脱发最为严重,这比上一代人的脱发年龄提前了20年。另一项网络调查及跟踪调研则显示,脱发男士中,六成人从25岁前就开始脱发,有的学生刚上高中就开始脱发。

武汉医疗界也证实了这一结论:“90后”来看脱发门诊,不稀奇。专家分析认为,脱发发生年龄大幅提前,其实是个“现代病”,与现代人的生活方式不无关系。

据不完全统计,上医院看脱发的病人中,“90后”人数已超两成。记者咨询多家医院皮肤科医生,他们称都接诊过“90后”脱发病人,年纪最小的还有初中生。除少量因心理问题、感染、药物中毒等原因引起的斑秃病人外,年轻人中最常见的还是脂溢性脱发。

一项来自《Scientific Reports》的大规模研究发现,脱发升高甲状腺癌、前列腺癌和膀胱癌的风险!

脱发亚型的癌症风险包括白癜风、甲状腺疾病、肠易激综合征、银屑病、系统性红斑狼疮、类风湿性关节炎、糖尿病……此外,还可能伴随着焦虑、抑郁等精神疾病。毕竟,眼见头发一点点、一片片地掉,也是相当揪心的。

脱发年龄提前20年有依据

21岁的小勇也是脱发门诊病人。3年前,他中学毕业后参加工作,不久就开始脱发。每天睡觉起来,枕头上都掉很多头发,梳头发也会掉。为掩盖稀疏的头发,小勇试过烫男士卷发,头发却掉得更厉害。他的父亲快40岁才开始脱发,不理解为何儿子年纪轻轻就脱发。医生告诉小勇,脂溢性脱发有遗传因素,但他提早出现症状,可能是参加工作后经常熬夜、喝酒引起。

汪先生虽然不是“90后”,但也是20岁出头就开始脱发了,今年他33岁,两边额角已经秃了,脑门又大又亮,显得比实际年龄大得多。前不久,汪先生接女儿放学,9岁的女儿告诉他:同学昨天看到你,问我是不是爷爷来接,汪先生哭笑不得。

有调查显示,如今20~40岁的男士脱发最为严重,比上一代人的脱发年龄提前了20岁。另一项万人网络调查及跟踪调研则显示,脱发男士中,六成人从25岁前就开始脱发,有的学生刚上高中就开始脱发。

专家证实了这一结论。一位专家曾多次接诊年轻脱发男青年,有20岁出头的小伙子,认为脱发影响形象,不好就业,急于求医;也有年近30岁的男青年,认为多次相亲失败的根源是脱发,希望能止脱、生发,让自己看起来年轻一些。

“现在,男性脱发者越来越多、越来越年轻化,严重程度也有年轻化趋势。”专家指出,医学上将男性脱发分为7个阶段,第6~7阶段就是俗称的“地中海”,指的是头顶头发完全脱落,但两侧和脑后头发浓密。过去这种情况多见于50岁以上的病人,现在不少30多岁病人的脱发也到了这个地步。

(下转A11版)