

# 热水烫头对男性脂溢性脱发的干预作用研究

李 军, 张 璞, 柴雁菁, 欧阳建英, 魏云芳\*, 任云微, 陆志通  
(昆明学院 医学院, 云南 昆明 650214)

**摘要:** 男性脂溢性脱发是一种最为常见的脱发, 其发病基础是皮脂分泌过多, 糠秕孢子菌感染为其诱发或加重的重要因素, 临床常规治疗停药后易复发, 疗效难以稳固持久. 用热水定期烫头可以杀灭糠秕孢子菌. 为此, 通过观察定期热水烫头治疗男性脂溢性脱发之疗效, 明确用热水定期烫头可延缓病情的发展, 且其效果优于临床常规治疗方案 ( $P=0.011$ ).

**关键词:** 热水; 烫头; 男性; 脂溢性脱发

**中图分类号:** R363 **文献标识码:** A **文章编号:** 1674-5639(2016)03-0111-03

**DOI:** 10.14091/j.cnki.kmxyxb.2016.03.024

## Study Interfering Effect on Seborrheic Alopecia of Male by Scalp-heating in Hot Water

LI Jun, ZHANG Ying, CHAI Yan-jing, OUYANG Jian-ying, WEI Yun-fang\*, REN Yun-wui, LU Zhi-tong  
(Medical College, Kunming University, Yunnan Kunming 650214, China)

**Abstract:** The most common symptom of males hair-losing is caused by seborrhea which is the pathogenesis basis. Infection with scurfy pityrosporum ovale is a key factor to induce or aggravate it. The clinical conventional therapy relapses easily after drug withdrawal and the curative effect is hard to last. Scalp-heating in hot water can kill scurfy pityrosporum ovale, so the therapeutic effect was observed and studied to make certain that the development of the symptom is delayed and the therapeutic effect is superior than conventional therapy ( $P=0.011$ ).

**Key words:** hot water; scalp-heating; male; alopecia seborrheica

脂溢性脱发又名雄性激素性脱发、早秃, 包括男性型秃发和女性弥漫性脱发, 是最常见的脱发原因. 此病可有家族史, 是一种多见于成年男子头前部的慢性脱发, 临床上脑力劳动者多于体力劳动者<sup>[1]</sup>. 病人平素摄入油脂、油腻食物过多, 临床表现为头发油腻, 头皮屑(鳞屑、糠秕状皮屑)增多, 头皮瘙痒、毛发脱落, 因此种脱发常伴有皮脂溢出故称为脂溢性脱发<sup>[2]</sup>.

脂溢性脱发多发生于皮脂腺分泌旺盛的青壮年, 其额、顶部头发进行性减少, 发际线逐渐增高, 严重者一般到40多岁前额基本脱光, 严重影响容貌, 易诊难治<sup>[3]</sup>. 它是一种常染色体显性遗传病, 但其遗传基因在有雄激素作用的条件下才表现出来. 糠秕孢子菌感染为诱发或加重本病的重要因素<sup>[4]</sup>.

男性脂溢性脱发, 分泌过多的皮脂堆积在毛囊周围, 会堵塞毛囊孔, 造成毛发正常生长障碍; 皮脂分泌过多, 也可影响毛囊口表皮正常生长, 导致毛囊口角化过度, 形成栓塞, 影响毛囊的营养, 毛囊逐渐萎缩、毁坏, 形成脱发<sup>[5]</sup>. 此外, 皮脂分泌过量的油酸、亚油酸、角鲨烯对毛囊有毒性作用, 会导致毛发中毒、枯萎、脱落<sup>[6]</sup>. 其秃发从前额或两侧开始, 逐渐向头顶延伸, 额部发际向后退缩; 或头顶头发开始脱落, 发际变高, 呈V字形秃发, 进而与顶部秃发融合成片, 仅枕及两颞保留剩余的头发. 根据其脱发程度不同, 可进行人为分期、打分评价.

随着人们生活水平的不断提高, 摄入脂类物质(植物油、动物脂肪)过多, 导致头皮皮脂腺分泌增

**收稿日期:** 2015-12-04

**基金项目:** 云南省科技厅应用基础研究计划资助项目(2013FZ097, 2011FZ322); 昆明学院大学生科研资助项目(XJD15061).

**作者简介:** 李军(1973—), 男, 陕西渭南人, 副教授, 博士, 主要从事干细胞基础与临床研究.

\* **通讯作者:** 魏云芳(1966—), 女, 云南曲靖人, 副教授, 主要从事医学免疫学研究, E-mail: 247467246@qq.com.

加,加重脂溢性脱发.加之目前市售洗发用品成分复杂,不乏糖皮质激素,而糖皮质激素有免疫抑制作用,它虽能暂时性止痒,但其抑制机体对糠秕孢子菌的免疫排斥反应,对根治糠秕孢子菌有害.故当代人脂溢性脱发发病率有升高趋势.临床治疗上常规采用抗雄性激素、抗真菌药物,但停药后易复发,疗效难以稳固持久<sup>[7]</sup>.本研究设定定期用热水烫头可望杀死糠秕孢子菌,以期能抑制男性脂溢性脱发的进展.

## 1 病例与方法

### 1.1 病例

2012 年 10 月向社会招募男性脂溢性脱发患者 35 例,将病人随机分为治疗组及对照组两组,治疗组按照我们设定的治疗方案开始治疗,对照组在医院做常规治疗,其治疗方法不限.自始至终坚持到底者对照组 15 例,治疗组 13 例,共 28 例患者,平均年龄 35 岁(26~53 岁),观察期为 3 a,即于 2015 年 12 月统计分析治疗效果.

### 1.2 方法

1)通过预实验我们设定水温为( $49 \pm 2$ ) °C(即病人能耐受的最高水温),烫头之前先用温度计测量水的温度,每隔 3 d 烫头 1 次,每次烫头时间 5~10 min,坚持 3 a 时间.其他不限,但禁止治疗组病人同时使用其他药物治疗脱发.

2)按秃发的进展程度把脂溢性脱发分为 7 型,并相应打分.

I 型:正常或基本正常发型,分值为 1 分. II 型:两颞角稍退缩,但未超过两耳道连接的冠状线前 2 cm,顶部稍稀疏,分值为 2 分. III 型:两颞角退缩超过冠状线前 2 cm,顶部显稀疏,顶部明显稀疏,两颞角退缩轻微,分值为 3 分. IV 型:两颞角及发际明显退缩,顶裸露,但其间有密度中等的毛发相隔,分值为 4 分. V 型:额颞和顶部裸露区扩大,其间毛发带狭窄而稀疏,分值为 5 分. VI 型:额、颞与顶部脱发区融合扩大,中间毛发带消失,分值为 6 分. VII 型:额、颞、顶全秃,仅耳后及枕后区有发,形成马蹄形外观,分值为 7 分<sup>[8]</sup>.

治疗前后(3 a 前后)对患者进行评价打分,再用每个病人治疗后分值减去治疗前分值,得出实验前后的分值差.最后对比对照组与治疗组两组间的分值差.

### 1.3 统计学处理

对样本数据采用 SPSS 18.0 统计软件进行统计分析,计量资料表示为:均数  $\pm$  标准差.采用的统计方法为两独立样本  $t$  检验,  $P < 0.05$  认为有统计学意义.

## 2 结果

治疗组患者在整个治疗过程中未出现过任何不良反应,且无一例病人烫伤.治疗组以及对照组所有患者无论采取哪种治疗,与 3 a 前相比都没有出现脱发逆转现象,本研究用热水烫头也是只能抑制男性脂溢性脱发的发展,而不能使病情彻底好转.

患者无论冬夏每 3 d 就及时用热水洗净头发 1 次,头发经常保持干净状态,这样导致了半数以上患者(男性)自行停止应用洗发用品(非药物)洗头,之后患者发现仅用较高温度清水定期洗头的方法完全能保持头皮、头发干净.在长期单纯采用较高温度清水洗头的过程中半数以上患者声称,与应用洗发水洗头相比,长期单用清水烫头头皮油脂分泌减少、头皮屑减少、头皮瘙痒减轻.

对数据进行统计学处理,进行单样本正态检验,对照组  $P = 0.564$ ,治疗组  $P = 0.116$ ,数据呈近似正态分布,认为变量来自正态分布总体的随机样本.方差齐性检验结果:  $P = 0.054 > 0.05$ ,故认为两样本的总体方差相等.我们采用两独立样本  $t$  检验比较两组病人实验前后分值的差值.治疗组实验前后分值差  $0.540 \pm 0.660$  明显低于对照组  $1.470 \pm 1.060$ ,  $P = 0.011 < 0.05$ ,详见下表 1. 研究结果表明,定期用热水烫头可延缓男性脂溢性脱发的发展,其效果优于临床常规治疗方案.

但值得强调的是,本研究结果不适用于中途有中断的患者,在本研究周期内(3 a)不能坚持而擅自停止者(治疗组的 13 例之外的患者)出现了反弹现象,即患者再次出现头皮屑以及头皮发痒症状,甚至脱发现象.

表 1 两组病人实验前后分值差

分

P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	对照组实验前后分值差
1	1	3	2	3	1	2	0	0	2	3	1	1	0	2	$1.470 \pm 1.060$
P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	治疗组实验前后分值差		
1	0	0	0	1	1	2	0	0	0	0	1	1	$0.540 \pm 0.660^{\bullet}$		

注:  $P$  表示患者;与对照组相比,  $^{\bullet}P = 0.011$ .

### 3 讨论

用较高温度的热水烫头,可直接杀灭藏匿发根的糠秕孢子菌,或者抑制其增殖.我们推测,这是较高温度清水烫头治疗男性脂溢性脱发的机制之一.其次,洗发用品清除油脂作用明显高于清水,而且洗发用品中的化学成分对头皮有刺激作用.故用洗发水彻底清洗过头发后,它能刺激头皮反射性地分泌更多的油脂.本研究结果也证实了这一点,病人声称,与应用洗发水洗头相比长期单用清水烫头头皮油脂分泌减少.多数患者(男性)自行停止使用洗发用品洗头,而采用仅用较高温度清水定期洗头的方法.这一点在我们设计研究方案时虽始料未及,但这也可能是本研究中热水烫头效果优于常规治疗的原因之一,即它减少了头皮皮脂腺的分泌.我们推测由于皮脂腺分泌减少从而导致病人头皮屑减少、头皮瘙痒感减轻.另外,目前市售洗发用品不乏糖皮质激素成分,故单用清水洗头同时也避免了糖皮质激素对糠秕孢子菌的免疫抑制作用.

另外,因为热水虽能有效抑制头皮糠秕孢子菌的定植,但它不能完全杀灭所有糠秕孢子菌,所以定期单纯用较高温度热水洗头的治疗方法贵在终生坚持,不能擅自停止,否则会出现反跳现象.

本研究发现了一种无毒副作用、非常方便实用、在家庭就能进行治疗的男性脂溢性脱发的较好方法.

### [参考文献]

- [1] 赵婵,王锁杏.生发1号汤治疗脂溢性脱发的临床观察[J].陕西中医,2015,36(10):1388-1389.
- [2] 徐光耀,李萍,杨新伟,等.治疗脂溢性脱发经验[J].辽宁中医杂志,2015,42(10):1865-1867.
- [3] 韩吾祥,叶千一辨证治疗脂溢性脱发290例[J].浙江中医杂志,2010,3(6):258.
- [4] SCHNEIDERMAN N, KIM Y, SHAFFER KIZM. Spouses of patients with cancer have an increased risk of cardiovascular disease: what do we know about this link[J]. Circulation, 2012, 125(14):1721-1722.
- [5] JI J, ZOLLERIS K, SUNDQUIST J. Increased risks of coronary heart disease and stroke among spousal caregivers of cancer patients[J]. Circulation, 2012, 125(14):1742-1747.
- [6] 陈洁玲,江光明.脂溢性脱发的病因、诊断与治疗[J].临床医学工程,2013,20(6):692-693.
- [7] 孟冠辰,孟庆涛.升清降浊法辨治脂溢性脱发验案3则[J].山东中医杂志,2015,34(11):885-886.
- [8] 王根会.中西医结合皮肤病学[M].石家庄:河北科学技术出版社,2012:334.

