



「生」如夏花 「发」现美好

说出你的故事

专业点评

正确认识脱发 拒绝过度焦虑

脱发性疾患随着生活节奏的变快逐年增多。上海交通大学附属第六人民医院皮肤科主任、主任医师邓辉指出,脱发性疾患的病因主要在于干扰了正常的毛发周期,进入生长期的毛发数目减少,进入休止期的毛发数目增多破坏了原有平衡而出现。影响正常毛发周期的因素很多,其中内分泌因素为主要原因,雄激素源性脱发为最常见的表现形式,其发病机制在于毛囊局部雄激素水平过高或者由于雄激素受体活性增高导致过多毛发由生长期进入休止期,并进一步导致局部毛囊萎缩,直至毛囊萎缩,毛发密度下降。

雄激素源性脱发为一种多基因遗传病,相关家族患者遗传易感性增强,患病几率增加,但未必每个家庭成员均出现相关表型,压力和生活方式是加重相关临床表现的重要原因。邓辉表示,患者可以在早期进行生活及药物干预,达到理想的控制效果。其机理在于应用相关毛发周期调节剂使毛发进入生长期,米诺地尔为经典毛发周期调节剂。但除此之外还有相关多种治疗方法配合,以达到良好的恢复效果。

本版文字整理:徐菲

生发贴士

防脱洗发水 是否真的能防脱?

夏季炎热,头皮经常油腻,所以很多人选择一天一次甚至一天两次的节奏来洗头。尤其是本就存在脱发的朋友,更加在意洗发水的选择以及应该如何生发的问题。现在市场上有很多标榜有防脱发、生发功能的洗发水以及产品,的确吸引了很多人前去购买,但使用防脱洗发水就能生发,这是真的吗?

以最常见生姜类洗发水来说,据说生姜汁对变种链球菌等有抑制作用,其有效成分还可缓解皮炎。此外,生姜中有大量挥发性芳香物质,可以促进局部血液循环,且3%-5%浓度的生姜汁是非常理想的洗发水配比,可以达到生姜擦头皮的效果,而且副作用更低,但这一说法并没有得到科学验证,目前存在争议。包括还有常见的一些杀菌抗炎类的洗发水,的确可以消除头皮炎症,但如果你的头发本身并没有炎症和细菌,那这些洗发水也是帮不上忙的。

所以,把生发的希望单纯寄托于洗发水是不现实的。日化产品终究是无法与米诺地尔这类有效生发手段相提并论的。如果你脱发,建议还是坚持使用米诺地尔再配以护理型的洗发水来日常清洁头皮,尤其是夏天易出油的季节,可以考虑使用蔓迪推出的主打清爽蓬松的“立系列”洗发水,也是不错的选择。

在我国,约有2.5亿人正饱受脱发困扰。与此同时,在当下,脱发也不再是老年人的专有名词,我们常常感叹脱发离我们越来越近。但你是否想过,2.5亿这一庞大数据的背后,其实隐藏着的是每一个平凡人的生存故事,他们或因漂泊他乡对明日迷茫而无措,或因父母年迈子女教育而心力不足,又或因职场挫败情场失意而沮丧。头发,作为身体的一部分,似乎也成为了变换人体情绪的按钮,成为了发泄的窗口。

沪漂十年,挣扎跨过那段难熬的日子

讲述人:程平(化名)



经济来源。父母都是农民也没什么存款,我把自己的积蓄全部拿出来还差一多半。还好,关系不错的亲戚朋友都向我施以援手。

其实,在孩子出事的前几个月,我老婆因为个人身体的原因已经在上海的一家医院接受着长期的治疗。那时候,只能我岳父岳母在旁照顾。一开始,我不敢让她知道孩子的事,但纸总是包不住火的。她知道以后身体痛得愈发厉害,非说不活了,一定要回来陪孩子。她不断给我打电话哭喊着:“那么小,我这个当妈的怎么能不在啊”,也幸好,岳父岳母拦住了她。那时的我,体会到了一种深深的无力感,扪心自问,有哪个男人能把“儿子、丈夫、父亲”这三种角色同时做得都这么差劲的?

我把借来的钱全部用在了孩子身上,而我老婆持续看病需要用钱是岳父找别人借的。在医院陪床期间,因为没有床位,所以每天铺个垫子睡在地上。孩子太小需要一直哄着,经常哄到晚上十二点才能睡着。每一次看着孩子被推进手术室,我就像在“渡劫”一般,恨不得是自己替她受这罪。就这样,在医院身心俱疲地度过每一天,可有时候看着怀里的小家伙,就觉得我真好命,有这么一个孩子愿意让我做她爸爸,虽然并不称职。

有一天,在医院洗头时我突然发现水池里落满了头发,一瞬间把我吓到了。我想应该是最近压力大,导致疯狂掉发吧,但那时我也无暇顾及。在治疗半年后,女儿终于出院,我老婆也提前准备好了药离开医院回到老家去照顾孩子。我选择重新回到上海找一份工作,赶紧把外债都给还上。没想到的是,我在面试与从前类似工作的时候,都被一一拒绝。当我看到面试官质疑地望向我的时候,我就已经心知肚明。确实,这时候的我前额两边已经严重稀疏,看起来老了十多岁。在这里求职无果,频频碰壁。只能退而求其次去到邻近城市的一家工厂当普工,那时候对我这个欠了一屁股外债的人来说,每月有个收入是最重要的。

因为显老被职场嫌弃,因为找不到好的工作被老婆埋怨。那时候她经常打来电话的内容就是“你怎么这么没本事,你都不能把孩子接到自己身边照顾,你看看你的同龄人……”

是啊,我怎么这么没本事。我开始变得自卑又易怒,除了戴帽子工作以外,我不再出门,不再与别人打交道。我像是把自己禁锢在了地狱当中,在那里,黑暗又孤单。

我不是没有尝试过去治疗脱发,让自己尽快恢复自信。像生姜、黑芝麻、还有一些网上买来的育发液、防脱洗发水等等,不论是偏方还是网红产品我通通试了一遍,但是屡受挫败,头发反而被我折腾得越来越少。在一次偶然的机会,我看到微信上一篇科普脱发的文章,里面还有三甲医院的医生给出建议,说不要盲目相信育发液、防脱洗发水等产品,当前没有任何实验数据证明其真正有效,持有特证的日化产品只能保证其安全性,不能保证功效。在文中,我了解到了蔓迪米诺地尔酊,蔓迪不像别的米诺地尔产品需要冷藏,它们能常温储存和使用,尤其是夏天可以减少不必要的麻烦,效果也不会有打折。但是我也看到网上说用了几个月米诺地尔怎么没用,我也在犹豫,后来才知道米诺地尔不稳定,易失活,所以一般都需要有温度储存要求。但是蔓迪既不需要冷藏也可完好保证活性成分。就这样,我开始只是抱着试试的态度,没想到却让我坚持到了最后。

如今,成功长出头发的我,就好像又重生了一般,那种莫须有的自卑与脾气荡然无存。我选择重新去面试之前自己心仪的岗位,很幸运也很顺利。

经历了这么多,我的心境也发生了很大变化。以前,我似乎有些好高骛远,美美地畅想着赶紧买房,赶紧让女儿过上好日子。但现在,我也不求大富大贵,只要一家人平平安安的,健健康康的,我也就知足了。

“秃”如其来,“发”现有你公益活动招募

脱发越来越年轻化?脱发人的生发之路越走越偏?当前的快节奏生活导致很多人的生活习惯发生了变化,我们苦于发量不断减少,也苦于生发难,走了很多弯路变得一秃再秃。究竟什

么才是正确的生“发”之道?

康健园联合蔓迪(钻研防脱生发21年的专业品牌)发起了一场公益活动,在倡导“简单生发 快乐生发 科学生发”的理念之下集结一批热爱生活

却又因“发”困扰的人。我们可以共同去分享毛发生长、新生瞬间的感受。

目前,我们正在上海地区寻找有生发需求的你成为我们的公益伙伴,去分享如何简单生发,快乐生发的经验!

我们不限年龄不限性别,只要您有防脱生发需求,就可以扫描二维码报名,只待我们审核通过,即可加入。同时,您也可以奔走相告,分享给身边的朋友,让更多有生发需求的朋友能够破除困扰,了解科学生发的理念。希望能得到您最真实的生发感受和反馈!



扫一扫活动招募二维码