

## สภาวะผมร่วงและผมบางในผู้ชาย



อาการผมร่วงมักจะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้ชายหลายรายหมดความมั่นใจในตัวเอง และมีความกังวลใจ อาการผมร่วงหรือผมบางในผู้ชายมีมาจากหลายสาเหตุอันได้แก่ การดูแลผมที่ไม่ถูกสุขลักษณะ ความเครียด สภาวะโรคบางชนิด เช่น ไทรอยด์ การขาดสารอาหารบางชนิด การติดเชื้อราบนหนังศีรษะ และการใช้ยาบางชนิด เช่น ยาเคมีบำบัด ยารักษาโรคเก๊าต์ อย่างไรก็ตามสาเหตุที่พบได้มากที่สุดมาจาก

พันธุกรรมผมร่วงที่เป็นผลมาจากฮอร์โมนที่ชื่อว่า แอนโดรเจน (Androgen)

ทางการแพทย์สภาวะนี้เรียกว่า Male Pattern Baldness หรือ Androgenic Alopecia

สภาวะนี้จะพบว่ารูขุมขนบนหนังศีรษะมีความอ่อนไหวต่อฮอร์โมนที่เรียกว่า 5-alpha-dihydrotestosterone (DHT) ซึ่งส่งผลให้ระยะเจริญงอกงามของเส้นผมมีอายุสั้นกว่าปกติ จึงทำให้เส้นผมหลุดร่วงได้ง่าย และเส้นผมที่เกิดขึ้นใหม่มีขนาดเล็กและบางลง ส่วนมากจะเป็นที่บริเวณหน้าผาก ด้านข้างของหน้าผาก และตรงกลางของศีรษะ อาการผมร่วงในลักษณะนี้สามารถเกิดขึ้นได้กับผู้ชายที่มีตั้งแต่อายุ 20 ปี ขึ้นไป

ในปัจจุบันยังไม่มียาที่รักษาได้ผล 100 เปอร์เซ็นต์ ณ ปัจจุบันมียาที่สามารถช่วยบรรเทา อันได้แก่ ยาทา Minoxidil ขนาด 2-5% ทาวันละสองครั้งหลังสระผม

กลไกของยาคือการเพิ่มการหมุนไหลเวียนของโลหิตบนหนังศีรษะ

และการกระตุ้นรูขุมขนที่ศีรษะจากระยะพักเส้นผมไปเป็นระยะเจริญงอกงาม

การใช้ยานี้มักจะเริ่มเห็นผลหลังจากเริ่มใช้ประมาณ 4 เดือน

และผู้ใช้มักจะประสบปัญหาหลุดร่วงเมื่อหยุดใช้

เพราะฉะนั้นการทาอย่างต่อเนื่องสามารถรักษาสภาวะผมที่ขึ้นใหม่ได้ ยารับประทานอีกชนิดคือ

Finasteride ขนาด 1 mg กลไกของยานี้คือการยับยั้งเอนไซม์ที่ชื่อว่า 5-alpha-reductase

ซึ่งมีหน้าที่ในการเปลี่ยน free testosterone ไปเป็น 5-alpha-dihydrotestosterone (DHT)

ที่ส่งผลต่ออาการผมร่วงดังที่กล่าวในข้างต้น การใช้ยานี้จะเริ่มเห็นผล 2-4 เดือนหลังรับประทาน

อย่างไรก็ตามยาตัวนี้มีผลข้างเคียงคือ ความต้องการทางเพศที่ลดลง อาการเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ และหน้าอกโต

สิ่งที่สำคัญของผู้ที่ประสบปัญหาผมร่วงและผมบางคือ

การทำความเข้าใจถึงสาเหตุและการยอมรับสภาพของตัวเอง ทำจิตใจให้โปร่งใส ไร้ความกังวล

ทานอาหารที่มีประโยชน์งดอาหารที่มีไขมันสูง ผงชูรส และผักผ่อนให้เพียงพอ

หากอาการผมร่วงลุกลามอย่างรุนแรงการพบแพทย์เฉพาะทางด้านผิวหนังเป็นอีกทางเลือกหนึ่ง que ควรจะพิจารณา

**อ. ดร. คณินท์ รัชสาดทอง**

**คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์**

**บรรณานุกรม**

Blumeyer A, Tosti A, Messenger A, et al. Evidence-based (S3) guideline for the treatment of androgenetic alopecia in women and in men, Journal of the German Society of Dermatology. 2011, 9(Suppl. 6): S1-57.

Rathnayake D, Sinclair R. Male androgenetic alopecia, Expert Opin. Pharmacother. 2010, 11(8): 1295-1304.