

ภาวะผมบางจากพันธุกรรมและฮอร์โมน (Androgenetic alopecia)

ภาวะผมบางจากพันธุกรรมและฮอร์โมนนี้พบได้บ่อย โดยเกิดขึ้นได้ทั้งในเพศชายและเพศหญิง ผู้ป่วยแต่ละรายอาจเริ่มมีภาวะผมบางเกิดขึ้นได้ในช่วงอายุที่ต่างกันและยิ่งอายุมากขึ้นผมจะยิ่งบางชัดเจนมากขึ้นด้วย ส่วนใหญ่มักมีอาการค่อยเป็นค่อยไป แม้ภาวะผมบางจากพันธุกรรมและฮอร์โมนจะไม่ได้ส่งผลต่อสุขภาพกายโดยรวม แต่ภาวะนี้อาจส่งผลกระทบต่อรูปลักษณ์ภายนอก รวมไปถึงความมั่นใจในการเข้าสังคม

สาเหตุ

ในเพศชายภาวะผมบางนี้มีสาเหตุจากปัจจัยหลักสองส่วน ได้แก่ ฮอร์โมนเพศแอนโดรเจนและพันธุกรรม มีผลทำให้รากผมสร้างเส้นผมที่มีขนาดเล็กลงเรื่อยๆ (miniaturization) นอกจากนี้ยังพบว่าเส้นผมจะคงอยู่ในระยะที่แข็งแรงที่สุด (anagen phase) สั้นลง สำหรับในเพศหญิงปัจจุบันยังไม่ทราบกลไกการเกิดโรคที่ชัดเจน แต่เชื่อว่าอาจมีเหตุปัจจัยหลายอย่างที่ผลรวมด้วย เช่น ฮอร์โมนเพศ ระดับธาตุเหล็กสะสมในร่างกาย เป็นต้น

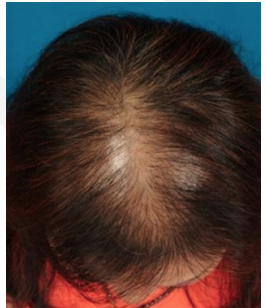
ลักษณะทางคลินิก

ในเพศชายอาการของโรคมักเริ่มต้นจากการร่นของแนวผมบริเวณหน้าผากก่อน โดยอาจค่อยๆเข้าไปเป็นง่ามบริเวณขมับสองข้าง ต่อมาเมื่ออายุมากขึ้นบริเวณกลางศีรษะจะเริ่มมีผมบางร่วมด้วยและในที่สุดผมส่วนบนของศีรษะจะหายไปหมดเหลือเพียงผมบริเวณท้ายทอยและหลังหู (รูปที่ 1)

ส่วนในเพศหญิงมักบางทั่วๆในบริเวณกลางศีรษะ (รูปที่ 2) โดยมากในเพศหญิงมักจะไม่มีบางจนถึงกับศีรษะล้านแบบในเพศชาย



รูปที่ 1 โรคผมบางพันธุกรรมและฮอร์โมนในผู้ชาย จากคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล



รูปที่ 2 โรคผมบางพันธุกรรมและฮอร์โมนในผู้หญิง จากคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

การรักษา

ในปัจจุบันมีการรักษาภาวะผมบางจากพันธุกรรมและฮอร์โมนหลายรูปแบบ ดังนี้

1. การรักษาหลัก

1.1 ในเพศชาย จะประกอบไปด้วย 2 ส่วน คือ

- ยารับประทาน finasteride ขนาด 1 มิลลิกรัมต่อวัน ซึ่งออกฤทธิ์ผ่านการยับยั้งเอนไซม์ 5 alpha-reductase เพื่อลดการเกิดกระบวนการ miniaturization ซึ่งทำให้รากผมสร้างเส้นผม

ที่เล็กลง (ในช่วงรับประทานยา ผู้ป่วยห้ามบริจาคเลือด)

- ยาทา 5% minoxidil ทาที่หนังศีรษะวันละ 2 ครั้ง โดย ยานี้ออกฤทธิ์ขยายหลอดเลือดที่หนังศีรษะ ทำให้เลือดไปเลี้ยงรากผมดีขึ้น รวมทั้งกระตุ้นการหลั่งสารที่ส่งผลต่อการเจริญเติบโตของเส้นผม

1.2 ในเพศหญิง ยารักษาหลักจะเป็นยาทา minoxidil โดยสามารถใช้รักษาได้ตั้งแต่ความเข้มข้นขนาดต่ำ คือ 2% minoxidil ขึ้นไป โดยทาที่หนังศีรษะวันละ 2 ครั้งเช่นกัน

โดยทั่วไปของการรักษาทั้งในเพศชายและเพศหญิงจะเริ่มเห็นผลเมื่อใช้ยาต่อเนื่องอย่างน้อย 6 เดือน และเห็นผลสูงสุดที่ประมาณ 12-24 เดือน หลังจากนั้นยังมีความจำเป็นต้องใช้ยาหลักดังกล่าวเพื่อประคับประคองให้คงความหนาแน่นของเส้นผมต่อไป หากผู้ป่วยหยุดยาจะกลับมามีผมบางได้อีกตามกลไกของโรคและจะยิ่งบางมากขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น

2. การรักษาเสริม ปัจจุบันมีการรักษาเสริมที่มีหลักฐานงานวิจัยสนับสนุนว่ามีประสิทธิภาพคืออยู่หลายวิธี อย่างไรก็ตามยังคงแนะนำให้ใช้ร่วมกันกับการรักษาหลัก และมักพิจารณาการรักษาเสริมนี้ในรายที่ได้รับการรักษาหลักจนเห็นผลเต็มที่แล้ว แต่ยังได้ผลลัพธ์ไม่เป็นที่น่าพึงพอใจ

2.1 การผ่าตัดปลูกถ่ายเส้นผม เป็นการผ่าตัดนำรากผมบริเวณอื่นย้ายมาทดแทนบริเวณที่มีผมบาง ซึ่งโดยมากมักนำมาจากหนังศีรษะบริเวณท้ายทอย สำหรับเทคนิคการผ่าตัดมีได้หลายวิธี เช่น การตัดหนังศีรษะเป็นแถบ (Strip Harvesting Follicular Unit Transplantation) และการเจาะรากผม (FUE; Follicular Unit Excision) ทั้งนี้ก่อนการผ่าตัดผู้ป่วยจำเป็นต้องได้รับคำแนะนำจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อประเมินความเหมาะสมก่อนทำหัตถการ

2.2 การฉีดพลาสมา (PRP; Platelet-Rich Plasma) เป็น การนำเลือดของผู้ป่วยเองมาปั่นแยกเอาส่วนของพลาสมาที่มีความเข้มข้นของเกล็ดเลือดสูงมาฉีดบริเวณที่มีผมบาง ซึ่งสามารถ กระตุ้นการหลั่งสารที่มีความจำเป็นในการเจริญเติบโตของเส้นผม ได้ โดยผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาวิธีนี้จะได้รับการฉีดพลาสมาเป็น ระยะภายใต้คำแนะนำของแพทย์

2.3 การกระตุ้นรากผมด้วยแสง (LLLT; Low Level Light Therapy) เป็นการใช้อุปกรณ์เพื่อกระตุ้นรากผมภายใต้ หลักการของแสง LED โดยปัจจุบันมีทั้งในรูปแบบหัว ที่คาดผมและ หมวก โดยผู้ป่วยจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์ดังกล่าวอย่างต่อเนื่องจึงจะ ได้ประสิทธิภาพในการรักษา

2.4 การสักกอนุสี (Scalp Micropigmentation) เป็น การสักด้วยอนุสีขนาดเล็กเพื่อเลียนแบบต่อเส้นผม หากทำใน บริเวณที่มีผมบางจะช่วยเติมเต็มให้ผมแลดูหนาขึ้น โดยมาก การรักษาด้วยวิธีนี้มักใช้ในผู้ป่วยที่มีผมบางเป็นบริเวณกว้างเกิน กว่าจะรักษาได้ด้วยวิธีการผ่าตัดปลูกถ่ายเส้นผม

ข้อควรรู้

1. การรักษาภาวะผมบางจากพันธุกรรมและฮอร์โมน จำเป็นต้องใช้เวลาในการรักษาอย่างน้อย 6 เดือนจึงจะเริ่มเห็นผล และเห็นผลสูงสุดที่ประมาณ 12-24 เดือน หลังจากนั้นยังมีความจำเป็นต้องใช้ยาเพื่อประคับประคองให้คงความหนาแน่นของ เส้นผมต่อไป

2. การรักษาเสริม เช่น การปลูกถ่ายเส้นผม อาจพิจารณาใน รายที่ได้รับการรักษาหลักมาเกิน 12 เดือนแล้วยังได้ผลลัพธ์ไม่เป็น ที่น่าพึงพอใจ

ภาวะผมบางจากพันธุกรรมและฮอร์โมน จำเป็นต้องใช้ เวลาในการรักษา ผู้ป่วยจะต้องใช้ยาอย่างต่อเนื่อง โดย ใช้เวลาอย่างน้อย 6 เดือนจึงจะเริ่มเห็นผล



จัดทำโดย

รศ.นพ.รัฐพล ดวงทอง

ผศ.พญ.สุเพ็ญญา วโรทัย

อ.พญ.ดรัลพร ไตรวงศ์วรนาถ

อ.พญ.กัณฑ์ชลิติ ถนอมกิตติ

พญ.กัญญลักษณ์ มั่นพรหม

ที่ปรึกษา

รศ.นพ.รัฐพล ดวงทอง

สนับสนุนการพิมพ์โดย

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ตรวจสอบเนื้อหาครั้งล่าสุด ปี พ.ศ. 2562

รหัสหน่วยงาน DE

สงวนลิขสิทธิ์โดย พรบ.การพิมพ์ 2537



แผ่นพับ
สุขภาพ
ออนไลน์



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ภาวะผมบางจากพันธุกรรมและฮอร์โมน
(Androgenetic alopecia)



สาขาวิชาโรคเส้นผมและการผ่าตัดปลูกถ่ายเส้นผม

ภาควิชาตจวิทยา

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

SIPI DE1058162