



# 【脫髮】工作壓力大 常電燙set頭 9成半職業女性有脫髮（附預防11招）

U Lifestyle 會使用Cookies來改善您的網站體驗，請確定您同意接受本網站之私隱政策和[使用條款](#)才可繼續瀏覽。

我已閱讀及同意

脫髮影響外觀，但都市人工作壓力大，女性更尤愛造髮型，增脫髮危機。有調查指，9成半職業女性受脫髮問題困擾，更有逾半數人花費逾萬元處理問題。有醫生指，近年脫髮女性有年輕化趨勢，首推「醫學紋髮」助脫髮者在頭皮紋上頭髮以遮蓋禿位；又建議洗髮前半小時用椰子油塗在頭皮上進行護髮，可減脫髮情況。

## 逾6成人指影響晉升待遇

香港醫護市場調查及策劃於今年2至3月進行問卷調查，訪問了322位25至45歲現正或曾有脫髮問題的在職女性，成功收回302份有效問卷。調查發現，多達9成半職業女性受脫髮困擾，逾6成人認為脫髮會影響工作晉升或待遇。最多受訪者脫髮位置為後腦勺及前額，她們認為常電染駁髮或造型及精神壓力是導致脫髮的主因，大多害怕因脫髮而被歧視及有損兩性關係。受訪者會選擇戴假髮或駁假髮、用防脫洗髮水或護髮素、用纖維粉補充脫髮部分處理問題，有逾半人曾為了解脫髮問題花費1萬元或以上。

註冊西醫伍文輝醫生表示，都市人工時長、長期睡眠不足令精神壓力增，加上女性常做髮型，如電、燙等令頭髮受損均是引致脫髮的原因，「睡眠時間少會令新陳代謝減慢，增脫髮機會。」他更指，近年脫髮問題有年輕化趨勢，其診所有30%的脫髮病人是30歲以下。

## 醫生推「醫學紋髮」遮蓋

伍在8年前起研究紋頭髮的技術，參考美國HIS紋髮及泰國紋身等技術改良，研究出「醫學紋髮」，透過以電筆及使用近乎髮色的墨水，在脫髮位置紋上顏色模擬一條條頭髮，以遮蓋裸露的頭皮，助有局部脫髮的人士解決問題；紋髮後料可維持4年。他指出，有關技術安全有效，去年起至今已有約30位脫髮者進行有關醫療程序。他指出，是次紋髮技術使用的針孔幼，傷口小，雖不排除可能有敏感情況，但對頭部神經綫的傷害及引致細菌感染機會低。

U Lifestyle 會使用Cookies來改善您的網站體驗，請確定您同意接受本網站之[私隱政策](#)和[使用條款](#)才可繼續瀏覽。

我已閱讀及同意



「醫學紋髮」以電筆紋上顏色模擬一條條短髮，以遮蓋禿了的頭皮位置。（洗偉倫攝）



伍文輝醫生（洗偉倫攝）

自本公司官屬的Nicola近年頭髮開始稀疏，並由一力進行相像命議後，右明七赴團生知抽請額右並

U Lifestyle 會使用Cookies來改善您的網站體驗，請確定您同意接受本網站之**私隱政策**和**使用條款**才可繼續瀏覽。

我已閱讀及同意

## 防脫髮11招：

- 1.洗髮前30分用椰子油塗在頭皮上，進行洗髮前護髮
- 2.減少用造型產品，特別是高濃度雙氧水產品
- 3.充足睡眠及睡前勿使用發光產品，如手機／電腦，以免身體未能產生褪黑素助頭髮生長
- 4.濕髮易受損，宜先用毛巾吸乾頭髮後才梳頭
- 5.最好不吹頭，或待至頭髮半乾時才吹
- 6.勿混合洗護髮產品同用，應洗髮後再使用護髮素
- 7.多吸收維他命D以助補充頭皮養分
- 8.不應按摩稀疏或脫髮位置，而是按摩頭皮、眉心及太陽穴附近以提升血液流動
- 9.洗頭次數可多，但不應每次都使用洗髮水，如運動後可只用清水洗頭
- 10.後腦勺位置宜清洗乾淨及吹乾免引起敏感
- 11.勿私下胡亂使用含中藥成分的防脫髮藥物

資料來源：伍文輝醫生

撰文：胡靜嫻

責任編輯：林子豐

## 內容標籤

#頭髮護理 #運動 #壓力 #椰子油 #維他命 #香港 #"脫髮"

## 您也可能喜歡...

腎虛易致尿頻夜尿脫髮 中醫推介補腎生髮食療【內含菟絲子粥食譜】

【脫髮問題】港女生轉用新洗頭水灼傷頭皮 狂甩頭髮1周後慘變禿頭

U Lifestyle 會使用Cookies來改善您的網站體驗，請確定您同意接受本網站之[私隱政策](#)和[使用條款](#)才可繼續瀏覽。

我已閱讀及同意