

サンデー毎日 2月1日号 掲載記事

『サンデー健康アカデミー： 薄毛学部』

薄毛は病院で治療できる。今年こそ「気になる」を卒業しよう！

日本の成人男性の5人に1人は薄毛で悩んでいるといわれる。この時期、新年会や親戚の集まりで懐かしい顔に会い「あっ」と思った方、また思われた方も多いのでは？

でも薄毛を「年だから」「遺伝だから」とあきらめるのは早計だ。男性の薄毛や脱毛の多くは「男性型脱毛症（AGA）」という症状で、医師が処方する治療薬もある。いまや薄毛は病院で治療する時代なのだ。

毛髪治療の専門家である東京メモリアルクリニック（東京・新宿）の佐藤明男院長はこう話す。「薄毛や脱毛は加齢にともなう老化現象ではなく、男性ホルモンのメカニズムから起こるものです。不規則な生活習慣やストレス、喫煙などが関係するという人もいますが、私はそうは考えていません。睾丸を持っている限り、男性の毛髪は必ず薄くなります。AGAは男性にとっては避けられない“宿命”なのです。」

AGAとは毛髪が成長するヘアサイクルの途中で太く長く成長する前に抜けてしまい、薄毛が目立ってくる現象だ。思春期以降に起こり、一般には20代後半から30代に悩み始める人が多い。

主な原因は男性の体や生殖機能に重要な働きを持つ「テストステロン」から作られる「DHT(ジヒドロテストステロン)」という物質。DHTが脱毛シグナルを出して毛髪の成長を妨げることで薄毛や脱毛が起こる。

「簡単にいうと男性ホルモンのなかの悪玉ホルモンが悪さをするので。テストステロンは精子形成や性欲、筋肉や骨格など“男らしさ”に関わるものなので、一般に薄毛の人ほど男らしく、男性として“優秀”だともいえます。実際にプロ野球選手やスポーツ選手などにも薄毛の人は多いのです」（佐藤院長）

なるほど。思い浮かべてみれば確かにそうかもしれない。

対人関係にマイナスになりうつ病を発症する人も

しかし薄毛にはどうしても「老けてみえる」というデメリットがある。さらに佐藤院長はこう指摘する。「薄毛が心理面に及ぼす影響は意外に大きいのです。薄毛がきっかけで引きこもりになったり、まともな対人関係を作れなくなったり、うつ病になる人もいます。何より洗髪のときに髪がごっそり抜ける恐怖感には、ものすごいものがありますよ」

日本臨床毛髪学会の理事長で、大分県別府市にある「別府ガーデンヒルクリニック くらた医院」の倉田荘太郎院長もこう話す。

「AGA発症の年齢は年々下がっており、当院では20代の患者さんも増えています。欧米

では 10 代から AGA が起こるので、日本でも食生活の欧米化にともない低年齢化していると考えられます。本人がストレスを感じ、日常生活に支障がでる場合もあるので、早めの治療を勧めしています」

患者の 90%が効果を実感 薄毛治療薬「プロペシア」

AGA の治療には飲む AGA 治療薬「プロペシア」が使われる。薄毛の原因となっている DHT の脱毛シグナルを阻害して、薄毛を改善する作用がある。

前出の佐藤院長は話す。

「プロペシアは医学的な根拠に基づく、エビデンス（証拠）のしっかりした唯一の AGA 治療薬です。安全性が高く、しかも効果が大きい。副作用もほとんどなく、男性機能が減退する心配もありません。私の病院では通院者（再診者）の 99.7%が AGA の進行が止まるか、または改善しています。」

驚くべき数字だが、くらすた医院の倉田院長も「当院の AGA 患者 200 人のうち、現状維持を含めると 90%を超える人に効果があります」と話す。実際に国内で行われた臨床試験でもほぼ同じ結果が出ている。プロペシア 1 錠を 1 年間飲み続けた場合、薄毛が「改善」した人が 58%、「不変」の人が 40%となった。「不変」は AGA の進行が止まったということなので、合計 98%の人に効果があったといえる。この「不変」が非常に重要だと倉田院長は話す。

「AGA を放置すると 5 年間で 30%の髪の毛が減る、という信頼性の高いデータがあります。5 年後の自分をイメージしてみてください。なにもしないで 3 割の毛が減っている自分と、薬を飲んで今のままでいられる自分、どちらがいいですか？ AGA は放っておけば進行するのみです。進行を止めて現状を維持することにも大きな意味があるのです」

効果を維持するためには 1 日 1 錠を飲み続ける必要がある。プロペシアは 1 錠 250 円。コーヒー代と同じくらいだ。

「当院で 1 ヶ月にかかる費用は治療費と薬代で 8,500 円ほどでしょう。それで髪の毛が再生するなら『バンザイ！』ではないでしょうか。ちなみにかつらのメンテナンス料は平均で月 2 万 7000 円というデータがあります。」（佐藤院長）

プロペシアを処方できる医師は全国に 1 万人ほどいるが、薄毛治療の専門家といえるのはまだ 200 人ほどだと佐藤院長は話す。

「薄毛の治療は目に見えにくいものです。特に最初の 3 ヶ月は変化がわかりにくく、実際は毛が生えてきているのに、『悪くなっている』と患者さんが思い込んでしまうケースも少なくありません。私は受診のたびに必ず頭髪の写真を撮り、治療状態の経過を記録しています。AGA 治療には客観的評価が大切なので、ぜひ信頼できる専門医を選んで下さい。」

ちなみにくらすた医院でも頭髪の写真撮影は必須項目だ。

また毛髪医療研究会（佐藤明男会長）が提携している医療機関では、治療の前に自分の薄毛・抜け毛が AGA かどうかを科学的に検査できる「AGA チェック」というシステムもある。

「毛髪を 5～10 本採取し、専門機関で遺伝子配列を調べるもので、AGA になりやすいかどうか、プロペシアが効きやすいかどうかを判定できます。結果は1ヶ月後で、検査費用 21,000 円がかかりますが、20 代のうちに検査だけでもしておく、いざというときにすぐ AGA 治療がスタートできるというメリットがあります。今後、若い世代に勧めていきたい方法ですね」（倉田院長）

新年を期に、薄毛に本気で向き合ってみてはいかがでしょうか。

ライター：中村千晶