

# 実はすごく心配です… 薄毛にならないための

# プレケアが知りたい!

加齢に伴う薄毛はしかたがないものだと  
諦めないで! MISS世代からプレケアを行えば  
10年後の髪の毛が確実に変わります!

この方たちに  
聞きました

## Q5 プレケアの方法は?

A 専用シャンプーで頭皮の血行を促進させることからスタートしましょう。

【美しい髪の毛を生み出すには、健康な頭皮環境が必要不可欠です。毛穴に詰まった汚れをしっかりとオフし、頭皮に必要な栄養分を与えてあげることができるシャンプーを選んではいいもの。細胞に必要な栄養を与えることで、血行が促進され、抜け毛や毛髪の成長を促進することができるのです。シャンプーをする際には、頭皮や毛穴の汚れをもみ洗いし、しっかりとシャンプーをすれば。その後、ドライヤーで髪をきちんと乾かしましょう。生乾きだと菌が繁殖し、頭皮によくないので注意して】(太田さん)。



### 成長因子配合のアンチエイジングケア

GFとフィトケミカルの融合アイテムが登場。写真右から△ブレミアムフィットヘアウオッシュ 260ml ¥2,625、△ヘアコンディショナー 250g ¥2,625、△アンプルール

## Q6 薄毛になってしまったら?

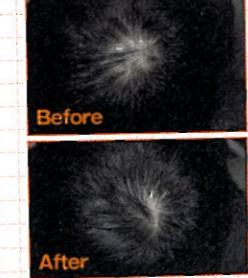
A クリニックでの治療が可能。最新治療は“成長因子導入”です。

【薄毛の原因である成長因子の不足に着目し、この成長因子を補うことで毛髪を再生させます。成長因子=グロースファクター(GF)とは、体内において特定の細胞増殖や分化を促進するタンパク質の総称のこと。細胞と細胞の間の信号物質として働くことがわかっています。薄毛の原因は、ホルモンバランスの影響や、ストレス、栄養不足と個人差がありますが、薄毛の人共通要素はGFが不足し、毛根への成長シグナルが止まっているという点。発毛に欠かすことのできない栄養を十分に毛包に呼び込むためにもGFを直接的に頭皮へ使用する治療法は、現在もっとも有効的な薄毛治療のひとつとして注目されています】(片岡先生)。

### ウォブクリニック中目黒の場合

#### 育毛GF導入とメソセラピー

ウォブクリニック中目黒で行っているのが「育毛グロースファクター導入・メソセラピー」。GFをはじめ、発毛治療薬を導入することで頭皮環境を整え、育毛、発毛へと導いてくれます。仕上げに、頭皮に直接、育毛や養毛に効果のあるミノキシジルやフェナステリド、ビタミンなどを注射すると、直接的に成分を届かせることができます!



### 聖心美容外科の場合

#### 毛髪再生に最適とするGFのみを厳選!

聖心美容外科では毛髪再生に最適となる5つのGFを使った「グロースファクター再生療法」を開発。薄毛が気になる部分に成長因子を塗布し、極微細のステンレススチール製針がついたダーマスタンプを頭皮に軽く押し当てていきます。頭皮に無数の小さな穴が開けられ、成長因子カクテルを毛根の奥深くまで浸透させることができます。



### DATA

#### 聖心美容外科東京院

● 東京都港区六本木6-6-9 ビラミデ2F ☎ 03-6225-3471 (月)10時~19時 無休 ④グロースファクター再生療法(1回) ¥60,000 ※全8回、16回コースあり。

### ウォブクリニック中目黒

● 東京都目黒区中目黒1-10-23 2F ☎ 03-6202-411-281 (月)11時~20時 ④木曜・日曜 ⑤育毛GF導入+メソスベシャルコース(1回) ¥65,000

## Q4 女性と男性では違いがあるの?

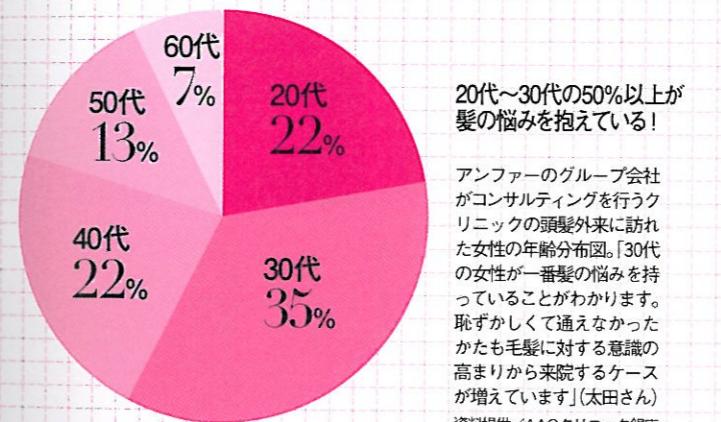
A 女性の薄毛は男性より複雑な要因があります。

【女性の場合はびまん性脱毛症が有名です。中年以降の女性によく見られるこの薄毛の原因は、老化、ストレス、極端なダイエット、誤ったヘアケアが挙げられます。前頭部の生え際が後退する男性型脱毛症(AGA)とは違い、毛髪が全体的に薄くなり脱毛部分の境界がはっきりしないのが特徴。また、出産後や更年期障害などによるホルモンバランスの変化による脱毛も女性特有の症状です。一度毛髪にトラブルが生じると正常なサイクルには戻りにくいものです。気になったら早めの処置が重要です】(片岡先生)。

## Q5 薄毛のスタートは何歳から?

A 30歳くらいから髪のエイジングは始まります。

ホルモンやストレスの影響が出やすい30歳からが要注意! 「仕事やプライベートでもストレスを抱えやすくなる30歳。ホルモンの乱れや、エストロゲンの減少などさまざまな問題が薄毛の要因のひとつなので、注意をすることも大切」(高瀬先生)。「女性の薄毛とは髪全体が薄くなり、髪の分け目や頭頂部の皮膚が透けたりするびまん性脱毛症が大半。毛髪の成長に欠かせない成長因子(GF)の減少が始まる年齢だからでは」(片岡先生)。「20歳代でピークを迎えるホルモンバランスですが、30歳になると下り坂。若い頃からのダイエットの影響などで若年化しているのも事実なので、早めの薄毛対策がマスト」(太田さん)。



アンファーのグループ会社がコンサルティングを行うクリニックの頭髪外来に訪れた女性の年齢分布図。「30代の女性が一番髪の悩みを持っていることがわかります。恥ずかしくて通えなかったかたも髪に対する意識の高まりから来院するケースが増えています」(太田さん)

資料提供/AACクリニック銀座



アンファー  
商品開発部  
太田あつ子さん



聖心美容外科  
東京院医師・横浜院院長  
片岡二郎先生



ウォブクリニック中目黒  
総院長  
高瀬聰子先生

「カラーリングやバーマなどで頭皮を酷使していると薄毛になる危険性があります。また夜型の生活やバランスの悪い生活も薄毛の原因に」

## Q2 遺伝するって本当ですか?

A 可能性はありますが、他の要素のほうが多いです。

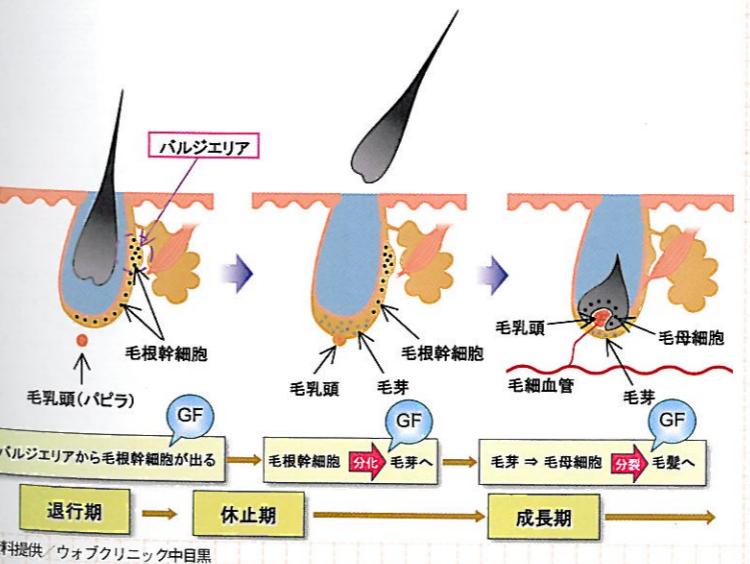
【先天的な要因として挙げられる遺伝による薄毛は、女性に関してはまだそのメカニズムが解明されていないのが現状です。とはいえ親や兄弟、祖父母に薄毛のかたがいる場合は注意する必要があります。同時に後天的な要因、ストレス、生活習慣やホルモンバランスの乱れなどの原因も薄毛を引き起こすきっかけとして考えられます。この女性特有の薄毛はFAGA「女性型脱毛症」と呼ばれています。薄毛が気になるかたもしくは今後、薄毛になるのではないかと心配しているかたは日々の生活を根本から見直し直すことが大切。それが将来に向けてのプレケアへの第一歩として捉えてみてはいかがでしょうか】(高瀬先生)

## Q3 どうして髪が少なくなるの?

A 発毛サイクルの乱れが原因です。

【新しい毛を生み出す工場である毛母細胞は、毛乳頭から栄養の供給を受けて毛髪を成長させると考えられていました。最近ではパルジ領域と呼ばれる部分に毛の源である毛根幹細胞が存在し、この細胞が毛乳頭付近まで移動しながら毛芽、毛母細胞へと分化していくことで毛髪が形成されるとするパルジ説が発表されました。毛髪形成の過程には成長因子(GF)が深い関わりを持っていますが、特にチモシンβ4がパルジ領域の毛根幹細胞を活性化することで育毛を促進する重要なGFと考えられています】(高瀬先生)。

髪の毛のしくみ  
毛周期とは?



【頭髪の発毛数は10万本とされていて、1本の寿命は女性の場合、3~5年です。その期間の中には成長期、退行期、休止期と呼ばれる期間があり、成長期に髪は伸びます。毛母細胞に栄養が不足すると、毛髪を成長させるヘアサイクルの成長期が短くなり、休止期が長くなると脱毛が進行します】(高瀬先生)。