

ภาวะผมบางจากพันธุกรรมและฮอร์โมนนี้พบได้บ่อย โดยเกิดขึ้นได้ทั้งในเพศชายและเพศหญิง ผู้ป่วยแต่ละรายอาจเริ่มมีภาวะผมบางเกิดขึ้นได้ในช่วงอายุที่แตกต่างกันและยิ่งอายุมากขึ้นผมจะยิ่งบางชัดเจนมากขึ้นด้วย ส่วนใหญ่มักมีอาการค่อยเป็นค่อยไป แม้ภาวะผมบางจากพันธุกรรมและฮอร์โมนจะไม่ได้ส่งผลต่อสุขภาพกายโดยรวม แต่ภาวะนี้อาจส่งผลต่อรูปลักษณ์ภายนอก รวมไปถึงความมั่นใจในการเข้าสังคม

สาเหตุ

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

ลักษณะทางคลินิก

ในเพศชายอาการของโรคมักเริ่มต้นจากการร่นของแนวผมบริเวณหน้าผากก่อน โดยอาจค่อยๆ เข้าไปเป็นง่ามบริเวณขมับสองข้าง ต่อมาเมื่ออายุมากขึ้นบริเวณกลางศีรษะจะเริ่มมีผมบางร่วมด้วยและในที่สุดผมส่วนบนของศีรษะจะหายไปหมดเหลือเพียงผมบริเวณท้ายทอยและหลังหู (รูปที่ 1)

ส่วนในเพศหญิงมักบางทั่วๆ ในบริเวณกลางศีรษะ (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 ซึ่งทำให้รากผมสร้างเส้นผมที่เล็กลง (ในช่วงรับประทานยา ผู้ป่วยห้ามบริจาดเลือด)

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

การรักษา

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

โดยทั่วไปของการรักษาทั้งในเพศชายและเพศหญิงจะเริ่มเห็นผลเมื่อใช้ยาต่อเนื่องอย่างน้อย 6 เดือน และเห็นผลสูงสุดที่ประมาณ 12-24 เดือน หลังจากนั้นยังมีความจำเป็นต้องใช้ยาหลักดังกล่าวเพื่อประคับประคองให้คงความหนาแน่นของเส้นผมต่อไป หากผู้ป่วยหยุดยาจะกลับมามีผมบางได้อีกตามกลไกของโรคและจะยิ่งบางมากขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น

2.การรักษาเสริม ปัจจุบันมีการรักษาเสริมที่มีหลักฐานงานวิจัยสนับสนุนว่ามีประสิทธิภาพที่อยู่หลายวิธี อย่างไรก็ตามยังคงแนะนำให้ใช้ร่วมกันกับการรักษาหลัก และมักพิจารณาการรักษาเสริมนี้ในรายที่ได้รับการรักษาหลักจนเห็นผลเต็มที่แล้ว แต่ยังได้ผลลัพธ์ไม่เป็นที่น่าพึงพอใจ

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

2.2 การฉีดพลาสมา (PRP; Platelet-Rich Plasma) เป็นการนำเลือดของผู้ป่วยเองมาปั่นแยกเอาส่วนของพลาสมาที่มีความเข้มข้นของเกล็ดเลือดสูงมาฉีดบริเวณที่มีผมบาง ซึ่งสามารถกระตุ้นการหลั่งสารที่มีความจำเป็นในการเจริญเติบโตของเส้นผมได้ โดยผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาวินิจฉัยนี้ จะได้รับการฉีดพลาสมาเป็นระยะภายใต้คำแนะนำของแพทย์

2.3 การกระตุ้นรากผมด้วยแสง (LLLT; Low Level Light Therapy) เป็นการใช้อุปกรณ์เพื่อกระตุ้นรากผมภายใต้หลักการของแสง LED โดยปัจจุบันมีทั้งในรูปแบบหัว ที่คาดผมและหมวก โดยผู้ป่วยจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์ดังกล่าวอย่างต่อเนื่องจึงจะได้ประสิทธิภาพในการรักษา

2.4 การสักอนุสี (Scalp Micropigmentation) เป็นการสักด้วยอนุสีขนาดเล็กเพื่อเลียนแบบต่อเส้นผม หากทำในบริเวณที่มีผมบางจะช่วยเติมเต็มให้ผมแลดูหนาขึ้น โดยมากการรักษาด้วยวิธีนี้มักใช้ในผู้ป่วยที่มีผมบางเป็นบริเวณกว้างเกินกว่าจะรักษาได้ด้วยวิธีการผ่าตัดปลูกถ่ายเส้นผม

ข้อควรรู้

1. การรักษาภาวะผมบางจากพันธุกรรมและฮอร์โมน จำเป็นต้องใช้เวลาในการรักษาอย่างน้อย 6 เดือนจึงจะเริ่มเห็นผล และเห็นผลสูงสุดที่ประมาณ 12-24 เดือน หลังจากนั้นยังมีความจำเป็นต้องใช้ยาเพื่อประคับประคองให้คงความหนาแน่นของเส้นผมต่อไป
2. การรักษาเสริม เช่น การปลูกถ่ายเส้นผม อาจพิจารณาในรายที่ได้รับการรักษาหลักมาเกิน 12 เดือนแล้วยังได้ผลลัพธ์ไม่เป็นที่น่าพึงพอใจ



จัดทำโดย

ผศ.พญ.สุเพ็ญญา วัชรชัย
ผศ.พญ.ดรัลพร ไตรวงศ์วรนาถ
อ.พญ.กัณฑ์ชลิติ ธนอมกิตติ
พญ.กัญญลักษณ์ มั่นพรหม

ที่ปรึกษา

รศ.นพ.รัฐพล ดวงทอง
สาขาวิชาโรคเส้นผมและการผ่าตัดปลูกถ่ายเส้นผม
ภาควิชาตจวิทยา