

猛暑が過ぎたら…

## 【今年の秋は、とくに抜け毛が増える?!】

毎日無理なく続けられる、薄毛・抜け毛対策とは

予防医学のアンファー株式会社が主宰する専門ドクター監修のエイジングケア総合情報サイト「アンファーからだエイジング」(<http://www.karada-aging.jp/>)より、エイジングケアに関するニュースをお届けします。



**秋は、髪の毛が抜けやすい季節だった!!**

1年の中でもっとも髪が抜けやすいのが、夏の終わりから秋にかけて。季節に関わる様々な原因が複合的に重なり、抜け毛が多くなってしまいます。夏から秋への季節の変化の時期こそヘアケアを見直す必要があるのです。今年の夏は日本中で夏日や真夏日が続いたうえ豪雨や台風の影響で心身ともに疲れ果てた方も多はず。いつもの年より抜け毛に悩まされるヒトが増えるのではないのでしょうか。

**なぜ、秋に髪が抜けやすいのか？ 原因は、夏に受けたダメージ!?**

秋に抜け毛が多いのは、動物が夏毛から冬毛に生え変わるように人間にもその習性が残っているためとも言われていますが、それに加え、夏に受けたカラダと頭皮のダメージが抜け毛につながっているのです。夏の間は頭皮も強い紫外線を浴びることが多く、汗で蒸れやすく、そのうえ冷房の効き過ぎで血の巡りが悪くなるなど、頭皮にとって過酷な環境が続きます。また夏から秋への季節の変わり目は、体力の低下や疲労の蓄積、精神的なストレスなどが重なり、からだ全体のダメージから脱毛が起きやすい状態になっているのです。

**放っておくとヘアサイクルの乱れから、薄毛が進行することも…。**

1日に80~100本程度の抜け毛は正常範囲内です。もし、「いつもより抜け毛が多いかも!」と思っても、直ちに焦ることはありません。秋には平均の2~3倍も抜けることがあるのです。神経質になり過ぎる必要はありませんが、伸びきる前の短めの抜け毛が多ければ注意した方がよいでしょう。十分な睡眠とストレス解消、蛋白質をたっぷり摂れるよう食事に気を使い体調を整えてください。

また、夏に受けた髪や頭皮のダメージはしっかりケアしてあげるべきです。シャンプーを髪や頭皮に優しいものに変えたり、頭皮をマッサージしたり、発毛薬や育毛薬を使ったり、1日の生活にちょっとした工夫をプラスすることが薄毛予防と薄毛改善につながります。

### ドクターからのアドバイス

頭皮環境と抜け毛に関する実験によると、頭皮の毛穴に皮脂が詰まった状態で皮脂を酸化させると活性酸素が増えて毛根の萎縮が起こり、抜け毛に繋がることが分かっています。

皮脂の取り過ぎは頭皮の乾燥につながるのをお勧めできませんが、丁寧なスカルプケアで頭皮環境をクリーンに保っておくことが大切です。

また、血の巡りは健やかな髪の成長には欠かせないもの。抜け毛予防を考えるなら動脈硬化につながる食事は控えめにしておきましょう。

頭皮マッサージは、頭皮の血流促進、リラックス効果、育毛剤や発毛剤の浸透促進などメリットが多いため、抜け毛予防に有効です。ただしマッサージの圧が強過ぎれば、かえって抜け毛を増やしてしまうため、頭皮を優しく動かすように意識しましょう。(脇坂先生)

### 【本資料の監修医】



脇坂 長興(わきさか なおき)

医学博士、日本形成外科学会専門医、麻酔科標榜医、脇坂クリニック大阪院長、脇坂ウィメンズヘルスクリニック大阪院長

聖マリアンナ医科大学卒業。同大学形成外科で skin rejuvenation を研究。医学的方法論よりも患者様自身にとって一番良い治療を提供することが形成外科医の使命であると考えている。

## 【information】スカルプDの発毛剤



### スカルプD メディカルミノキシ5 (第1類医薬品)

発売日 : 2018年8月8日(水)[アンファーストアのみ2018年8月6日(月)]

容量 : 60mL

成分 : ミノキシジル5.0g(100mL中)

効能・効果: 壮年性脱毛症における発毛、育毛及び脱毛(抜け毛)の進行予防。

用法・用量: 成人男性(20歳以上)が、1日2回、1回1mLを脱毛している頭皮に塗布してください。

価格 : 7,223円(税抜)、7,800円(税込)

販売元 : アンファー株式会社

製造販売元: 東亜薬品株式会社

アンファーEC サイトでご購入いただいた方限定で「ミノキ ドクターズ サポート」を実施中

スカルプD メディカルミノキシ5 4本セットをご購入の方限定で、4か月使用していただいた後、クリニックでのサポート(診断と治療のアドバイス)が受けられます。(効果を保証するものではありません)

### サポート内容



AGA専門外来 クリニックの医師による

# 初診料無料

(5,400円相当)

※初診料をサポートする診療は自由診療のみとなります。こちらのサポートをご利用のお客様は、

該当クリニックでの保険診療は出来かねますので予めご了承くださいませ。

※初診の内容は、専門医師による診察・血圧測定・マイクロスコープ・頭部撮影までとなります。

その後、治療やお薬の処方をご希望の場合は、別途費用をご負担いただきます。

※クリニックまでの交通費はお客様負担となります。

### 【販売チャネル】

自社 EC サイト: <https://www.angfa-store.jp/ITEM/SDMXN01XSJ>

### 【商品名】

スカルプD メディカルミノキシ5 (4本セット)【第1類医薬品】

### 【金額】

27,000円(税込)



4本  
セット

ミノキ  
ドクターズ  
サポート  
対象

第1類医薬品

#### 【報道関係者お問合わせ先】

アンファー株式会社 広報課

TEL:03-3213-8882 FAX:03-3215-6155

Email:pr1@angfa.jp

#### 【お客様からお問合わせ先】

アンファー株式会社

〒100-7026 東京都千代田区丸の内2-7-2 JPタワー26F

TEL:0120-722-002 [営業時間:午前9時~午後9時(年中無休)]