

髪の毛のお話し      日本発毛協会 根岸 政未

『 抜けた髪はまた生えてくるのか？ 』

前回のテキストでは、抜けた髪の毛が正常なものなのか、  
または異常なものなのかの判別を具体的に話してみましたが、  
今回は、これも多くの方に問い合わせいただく

「いちど抜けてしまった髪の毛は、また生えてくるのか？」  
ということをテーマにお話してみます。

はじめに結論をいうと

毛穴がある限り、髪の毛は生え続けます。

毛穴があるかどうかは、目で見て簡単に分かります。  
たとえば手の平には毛がなくて、手の甲には毛はあります。  
ご自分の手を横から見れば、手の平はツルツルとした感触で、少し光沢がありますが、  
手の甲は光沢がありません。

よくピカピカにまぶしいほど光沢のあるハゲた男の人がいますよね。  
あの状態はすでに毛穴が存在してないのです。  
手で触るとツルツルです。  
毛穴がないのですから産毛さえ存在していません。

ですから、ほとんどの方の場合  
頭部全体に髪は存在しているのです。

そうです。  
髪がなくなってしまうと薄くなっているのではないのです。

ただ、目に見えないくらい短くて細い髪の毛はあってもわかりません。

なぜこのようになるのかですが  
原因はそれこそ100通りも200通りもありますが、最終的に髪の毛を作り出す  
毛母細胞が衰弱することから、毛髪サイクル(髪の毛の寿命)が短くなることで、  
髪の毛は細く、また短いまま生え変わってしまいます。

つまり抜けてしまうのです。

ですから、  
「抜けた髪の毛はまた生えてきますか？」  
という質問については

「かならず生えてきます！」  
という回答が正しいのです。

しかし  
「薄くなった髪の毛はもとに戻りますか？」  
という質問については

「条件次第です！」  
と回答するしかございません。

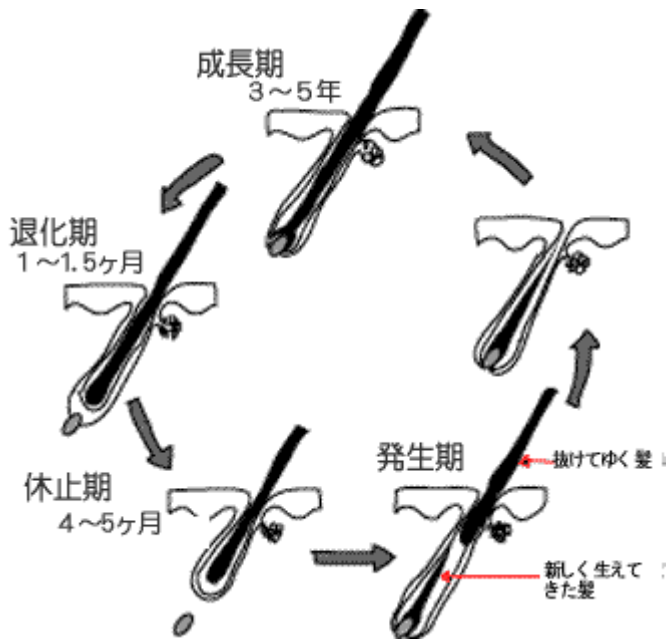
先程も書いたように、髪の毛の細胞が衰弱する原因は100通りも200通りもあるのです。  
その原因が解消されれば毛髪サイクルはもとに戻っていき、長さも太さも徐々に回復します。

ここで、すこし毛髪サイクルについてお話しいたします。  
前回のテキスト「正常な抜け毛、異常な抜け毛」でも書きましたが、  
髪の毛は

「成長期」 → 「退化期」 → 「休止期」  
を繰り返して頭に存在しています。  
1本の髪の毛の寿命は5～6年といわれており、「成長期」は細胞分裂が活発で髪の毛はドンドン伸びますが、「退化期」になると活動が弱まり、「休止期」では活動は完全に止まり、新しい髪が下部に存在するようになり、「休止期」へいたった毛髪は、やがて自然に抜け落ちます。

「成長期」の毛髪は全体の85%、残り15%が「退化期」「休止期」ですが、「退化期」は1ヶ月程度と短いので、15%のうちのほとんどは「休止期」の毛髪で、抜け落ちるのを待つばかりのものなのです。

全体を10万本と考えると、  
「成長期」 85,000本  
「退化期&休止期」 15,000本



上の図が、「毛髪サイクル」です。

すべての髪の毛が、このように5～6年の寿命を持ち続けていれば、髪の毛の本数が少なくなることはありません。

しかし実際には誰の髪の毛も、短いサイクルで抜ける髪の毛はあるのですが、その割合が多くなると、当然髪の毛は少なくなり、頭皮は透けて見えるようになり、辛い思いをするようになるのですが、何度もいうように髪の毛自体が無くなることはありません。

多くの方から寄せられるご質問 NO.1

「抜けた髪の毛はまた生えてくるのでしょうか？」

回答

「高齢になれば生えてこない可能性もありますが、ほとんどの場合、髪の毛は抜けても、その下に新しい髪の毛の赤ちゃんが育っている为生えてこないことはありません。」