

大人の症状



出産後脱毛症

重要ポイント

- 出産後脱毛症は恒久的症状ではない
- 通常、頭髪は約10万本あり、毎日50から200本抜ける
- 妊娠中はホルモンの影響で頭髪の生長が促進される
- 出産後はホルモンのレベルが平常に戻り、数ヶ月後に抜け毛が増加して二、三ヶ月持続する
- 抜け毛の増加が始まって三から六ヶ月で頭髪の状態は平常に戻る
- 二回目以降の妊娠でも出産後脱毛症が起こることがある

症状

出産後に抜け毛を経験する女性は多くいます。妊娠中のホルモンの増加により皮膚や身体の各所に変化が生じます。頭髪には一本一本のライフサイクルがありますが、それがホルモンによって揃って成長期に入ってしまう傾向があります。そのため、妊娠中は髪の毛が増えたように感じる人が多いのです。

出産後は多くの髪が休眠期に入り、そのまま数ヶ月を経過します。ライフサイクルが再開すると、頭髪は成長期に戻り、古い頭髪がまとめて抜けることとなります。抜け毛の程度は人により様々で、たくさん抜ける人とそうでない人がいます。抜け毛の多い家系の人には出産後の抜け毛の程度が激しい傾向があります。

出産後脱毛症は通常2～3ヶ月続き、その後再び生え始めます。ほとんどの場合最終的には妊娠前の状態に復帰します。

治療法

出産後脱毛症は、妊娠中のホルモンの変化により一時的に頭髪のライフサイクルがずれただけのことで、治療の必要はありません。

ブラッシングしすぎると抜け毛を早め、通常2～3ヶ月かかって抜ける毛を一度に無くしてしまうこととなります。そうなっても頭髪にはなんら悪影響はありません。ビタミン剤を飲んだり頭皮に薬剤を擦り込んだりしてもなんの効果もありません。二度目以降の妊娠時にも出産後脱毛症を経験する女性もいます。

より詳しい情報の入手先

母子健康看護師

かかりつけの医師

産科医