



圓禿知多少？

許多人都有聽過鬼剃頭(圓禿)，但直到近年有好萊塢影星其妻子有大面積圓禿這件事曝光，才讓更多人了解到治療這個疾病的重要性。

文 / 羅陽

國泰綜合醫院暨內湖國泰診所皮膚科主治醫師

圓禿，即為大眾所知的鬼剃頭，在任何年齡層都可能會發生。為什麼會有圓禿，是不是壓力太大所造成的？許多病人都想知道原因，但目前為止，病因仍並不是十分清楚，只知道因為淋巴球攻擊自身的毛囊，造成毛囊發炎而導致不斷的落髮。至於是什麼因素導致啟動這樣的過程，原因仍不明。圓禿為自體免疫疾病，有少數的患者會有自體免疫甲狀腺疾病及白斑等共病。圓禿臨床上往往就是一至數塊界線分明的區域，其頭髮完全掉落，但並非大面積落髮就可排除圓禿，因為大約有5%的病人會出現大面積落髮近乎





全頭禿，甚或有1%的人會呈現全身的毛髮都掉光的狀況，此時往往是較困難治療的。若是大面積落髮要確定是否為圓禿，往往需要做皮膚切片檢查。圓禿還有一個特色，就是健康的黑髮是被攻擊的對象，故病人往往可發現掉了一堆黑髮，但白髮仍健在的情形。圓禿在皮膚鏡下也有其特色，常常會有出現黑點(blackish dots)或是如驚嘆號(Exclamation mark)般的頭髮。

圓禿的病程往往因人而異，25%的病人只會遭逢一次，且有許多案例是不需要治療也會自然長回頭髮。60%的病人於1年內有部分頭髮會長回，但在這期間也往往再伴隨著落髮。有大約40%的病人在發生圓禿後第1年內又再掉髮，且有不少病人在接下來的5年內反覆發作。頭髮再長出來常常一開始是白的，但之後也會漸漸變回其原來的髮色。較差的預後因子包括孩童期就發作、影響到後枕部及其髮線、慢性反覆發作、伴隨指甲變化、有圓禿家族史及異位性體質等。

圓禿屬於非疤痕性落髮，故毛囊並沒有壞死，治療後毛髮是可再長回的。其治療方式目前有包括類固醇治療(口服、施打、塗抹)、局部外用免疫治療(接觸性敏感劑：diphencyprone)、口服傳統免疫抑制劑(包括滅殺除炎錠等)，以及最近較熱門的口服小分子標靶藥物JAK抑制劑等治療方式。坊間賣的生髮水(minoxidil)對圓禿往往效果不佳，頂多是輔助治療。以往圓禿的標準治療大多是局部類固醇施打，在小範圍或是單塊性的病灶能有不錯的療效，最常見的副作用為局部皮膚凹陷或色素沉澱，但廣泛型圓禿因為要施打的針數很多，病人往往相當不舒服因而難以配合。口服類固醇在急性期有其重要角色，但需注意是否會有長期使用後的副作用，包括水腫且體重上升、血糖不穩定、增加感染風險、腸胃道症狀等。外用的類固醇藥膏對圓禿普遍效果不佳，僅建議當作輔助治療。口服傳統免疫抑制劑則須視病人的肝腎功能來做調整，也同樣可能增加感染風險。國際性期刊近期有刊登不少JAK抑制劑治療圓禿的療效，且有其中一兩種近期取得圓禿的適應症，不過JAK抑制劑用於治療圓禿健保是不給付的，目前價格上較高昂，且也需要注意增加感染的風險，故需要醫師視情況而給予治療建議。

雖然圓禿本身並不會造成生命危險，但由於圓禿常會反覆發作，往往會造成病人身心極大的壓力，故若發現有圓禿的症狀就要儘早找皮膚科醫師治療。早期治療能有較好的療效！目前醫學上仍無法證明壓力與圓禿的關聯性，建議患者不需要刻意去找壓力來源，正常作息即可。



▲臨床上典型的圓禿，一塊邊界清楚無頭髮的區域



▲圓禿皮膚鏡下的照片，可見到白色箭頭為黑點(blackish dots)，紅色箭頭為驚嘆號(Exclamation mark)般的頭髮。