
탈모증(脫毛症)



노병인

중앙의대 부속 용산병원 피부과장

탈모증이란?

탈모증(脫毛症)은 일반적으로 모발(毛髮)이 존재해야 할 부위에서 없어진 상태를 말하며, 흔히 두피(頭皮)에서 잘 볼 수 있고 원형탈모증과 대머리라고 부르는 안드로겐성 탈모 혹은 남성형 탈모(男性形 脫毛)를 흔히 볼 수 있다.

탈모는 크게 흉터가 있어 모낭(毛囊)이 파괴되어 머리카락이 다시 날 수 없는 상태인 반흔성(癬痕性) 탈모와 흉터가 없어 머리카락이 다시 날 수 있는 비반흔성(非癬痕性) 탈모 등 두 종류로 나눌 수 있다.

비반흔성 탈모에는 원형 탈모증(圓形 脫毛症), 생리적(生理的)인 휴지기(休止期)와 성장기(生長期) 탈모증, 발모벽(拔毛癬) 및 2기 매독(二期梅毒)시 탈모증 등이 있다.

모발의 성장 속도는?

사람에서 모발의 성장주기(成長週期)는 생장기, 퇴행기(退行期) 및 휴지기의 3주기를 갖고 있다. 생장기는 전 모발의 약 84%로서 3년에서 10년간 지속되며 성장만을 한다. 이후 이행기인 퇴행기로 들어가며 모발의 약 2%를 차지하고 3주 정도 지속된다. 휴지기는 약 14%를 차지하며 3개월 정도 지속되고 새로운 생장기 모발이 밑에서 시작되면서 빠지게 된다.

두발(머리카락)은 평방 cm당 약 120~140개가 분포되어 있고, 대개 남자는 약 10만개, 여자는 약 12만개를 가지고 있다. 정상적으로 누구나 매일 40~80개의 머리카락이 빠지며, 80~100개 정도로 빠지면 주의를 요하고 그 이상이 빠지는 경우는 병적인 탈모라고 할 수 있다. 두발의 성장 속도는

매일 0.1~0.4mm로 평균 0.35mm(한 달에 약 1cm)이며 밤이 낮보다 빠르고, 가을, 겨울보다 봄, 여름이 빠르다.

탈모증의 원인 및 증상은 ?

원형탈모증은

원형탈모증(圓形脫毛症)의 원인으로는 자가면역설(自家免疫說) 및 자율신경이상설(自律神經異常說) 등이 있으나 아직 정확한 원인은 밝혀지지 않고 있다. 본인의 지난 12년간 약 1,000명 환자의 연구에서 20~30대가 전체의 60%를 차지해 대학 입시, 사회생활로 인한 스트레스가 주요한 발병 원인임을 확인할 수 있었다.

증상은 다양한 동전 크기의 원형 내지 타원형(橢圓形)의 탈모반이 주로 두피에 발생하며 드물게는 수염과 눈썹에도 발생한다. 병변이 확대되거나 혹은 융합되어 큰 탈모반을 형성하며 두발 전체가 빠지는 전두탈모증(全頭脫毛症) 및 거드랑이 털과 치모가 빠지는 범발성탈모증(汎發性脫毛症)으로 진행된다.

탈모 부위는 매끈한 광택성(光澤性)을 보이고 간혹 두피의 통증(痛症)을 호소하기도 한다. 탈모반(斑)의 가장자리의 모발은 쉽게 빠지며 감탄부호(感歎符號) 모양의 모발을 볼 수 있음이 특징이다.

손, 발톱의 이상이 10~20%, 백반증(白斑症)이 약 5%에서 동반되며 그 밖에 갑상선(甲狀腺) 질환, 빈혈(貧血)과 소아에서는 아토피 피부염(皮膚炎)이 잘 동반된다.

탈모반에서 머리털이 다시 자랄 땐 하얀 솜털로 시작하며 차차 자라면서 굵어지고 착색(着色)을 하게 된다.

사춘기 이전의 소아에서 발병하거나 혹은 전두 탈모증은 재발(再發)을 잘하며 예후가 나쁘다.

생리적 휴지기 탈모증이란 ?

생리적 휴지기 탈모증(生理的 休止期 脫毛症)이란 두피에서 휴지기 모발의 비율이 갑자기 20~30% 이상으로 증가되어 탈모가 일어나는 것으로 짧은 기간내에 모발이 성장기에서 퇴행기와 휴지기로 이행되기 때문이다. 원인이 될만한 요인(要因)들을 개선하면 다시 모발이 재생되므로 예후(豫後)는 좋고 원인에 따라 여러 유형이 있어서 출산후 2~5개월경에 일어나는 산후(産後) 휴지기 탈모, 출생시부터 4개월 사이의 영아(嬰兒)에서 나타나는 생후(生後) 휴지기 탈모, 장티푸스, 폐렴(肺炎) 및 불명열(不明熱)과 같은 고열(高熱)이 있는 질병을 앓고 난 후 2~4개월부터 탈모 현상이 나타나기 시작하는 열병후(熱病後) 휴지기 탈모 및 약물성(藥物性) 휴지기 탈모 등이 있다.

성장기 탈모증이란 ?

성장기 탈모증(生長期 脫毛症)은 암환자에서 수술한 다음 세포 독성이 있는 항암제(抗癌劑)를 투여한 후 1~2주 후에 발생하는 탈모로서 약제 투여를 중지하면 수주이내에 모발의 재생이 시작된다.

발모벽이란?

발모벽(拔毛癬)이란 비정상적인 버릇이나 습관적으로 모발을 뽑는 정신질환의 하나로서 주로 두피와 눈썹에 발생하며 두피에 짧은 모발이 남아 있음을 볼 수 있다. 가끔 원형탈모증과 함께 발생함을 볼 수 있다. 주로 10세 이하의 우울증이 있거나 가정내 문제가 있는 소아 및 수험생에서 흔히 발생하며 정신과 의사의 자문을 받아 함께 치료를 해야한다.

남성형 탈모증(대머리)이란?

남성형 탈모증(男性形 脫毛症, 대머리)은 두피의 정상적인 굵은 머리카락 즉 성모(成毛)가 가느다란 솜털로 변해가는 현상으로 유전적(遺傳的)인 소인(素因) 및 남성 호르몬에 의해 발생하며 20대 후반 또는 30대 장년 남자의 양측 앞머리(前頭部) 및 정수리(頭頂部)에서 탈모가 시작되어 점차로 확대되어 가며 개인의 정도에 따라 차이는 있지만 옆머리(側頭部)의 모발은 빠지지 않고 남아있는 것이 보통이다. 탈모 부위를 자세히 보면 처음에는 가늘고 약한 성모가

나오다가 결국에는 소실되고 하얀 솜털만 계속 자란다. 최근 20대 및 30대의 젊은 남자에게 조기(早期) 남성형 탈모가 많이 발생되는데 이는 스트레스에 의한 영향이라고 생각된다. 최근 젊은 여성에서도 많은 대머리 환자를 볼 수 있는데 남자의 경우보다는 경(輕)하며 대개 정수리만 빠진다.

탈모증의 치료방법은?

탈모증의 치료 방법으로는 국소(局所) 치료(병변내 주사 포함), 면역(免疫) 치료 및 약물 치료 및 모발이식 등의 방법이 있다.

발모촉진제(發毛促進劑)에는 모발에 양분을 공급하는 혈류(血流)를 증가시켜 모발의 성장을 촉진시킨다고 알려져 있는 항고혈압제(抗高血壓劑)가 있으며, 직접 탈모반에 트리암시놀론 현탁액(懸濁液)을 주사하는 병변내 주사요법(病變內注射療法)은 특히 전두 및 범발성 탈모증을 비롯한 원형탈모증에 좋은 효과를 보이지만 투여를 중지하면 재발률이 높은 단점이 있다.

음성정보전화 개설안내

중앙대학교 의과대학 피부과 클리닉에서 탈모증에 관한 음성정보전화(ARS)가 개통되어 안내합니다.

노병인 박사 “탈모증 탈출”(700-6733)

- 1) 모발의 구조 및 생리, 2) 탈모증, 3) 대머리, 4) 탈모증의 치료법, 5) 탈모증의 예방법, 6) 백발은 왜 생기는가

문의처 : 799-2173

광범위하고 심한 병변 특히, 전두 및 범발성 탈모증이나 소아에서는 이들 치료제에 반응하지 않는 경우 우리 몸의 면역능력을 증강(增強)시켜주는 면역요법(免疫療法)을 사용하는 것이 좋다. 요즘에는 DPCP(디펜사이프론)가 가장 많이 사용된다. 이 물질은 알레르기성 접촉피부염(接觸皮膚炎)을 발생시켜 생체(生體)의 사이토카인 등을 증가시키거나 억제(抑制)시킴으로써 모근(毛根)을 자극시켜 모발의 성장을 유발(誘發)시키는 효과가 있는 것으로 생각된다.

최근 싸이클로스포린이 전두 및 범발성 탈모증에 사용되고 있다. 그 밖에 트리코사카라이드제, 중국산 모발자극제(刺戟劑) 및 양모제(養毛劑) 등이 널리 사용되고 있으나 그 효과는 미지수이다.

대머리에는 본인의 옆머리나 뒷머리를 앞머리의 탈모부위에 모내기 하듯 심는 모발이식이 있다.

탈모증을 예방하려면

탈모증을 예방하기 위해서는 고열성 질환이나 결핵과 같은 만성 소모성(消耗性) 질환에 걸리지 않도록 주의하고 충분한 수면으로 스테미나를 축적해야 할 것이며, 탈모증을 악화시키는 요인이 될 수 있는 스트레스를 해소해야 한다. 또한 모발의 성분은 95% 이상이 젤라틴과 단백질로 되어 있으므로, 우유, 계란, 해조류 및 야채류 등으로 충분한 영양을 공급해야 하며 자극이 있는

**탈모증을 예방하기 위해서는
만성 소모성 질환에
걸리지 않도록 주의하고
충분한 수면, 스테미나 축적,
스트레스 해소 등에
신경을 써야 한다.**

향신료(香辛料)나 염분(鹽分)은 탈모를 촉진시킬 수 있으므로 피한다. 그외에 비듬이 많을 때는 탈모가 촉진되므로 최소한 일주일에 2회 이상 세발(洗髮)해야 한다. 머리를 땅거나 강하게 잡아 당기면 모근이 올라와 탈모를 초래하고 두발을 탈색(脫色)시키거나 염색(染色)을 위해 인공적으로 약제를 사용하면 두발의 결이 파괴되며 결과적으로 탈모가 쉽게 되므로 샴푸, 린스, 무스, 헤어 스테레이트너 및 헤어 스프레이 등 헤어케어 제품의 과도한 사용을 자제한다. 두피의 혈액순환이 나쁘면 탈모증이 발생되므로 혈액순환을 증진시키기 위해 양손으로 모발의 방향대로 옆머리와 뒷머리를 부드럽게 마사지해 준다.

탈모가 심할 경우엔 미용상 가발(假髮)을 쓰는 것이 좋으며 정신과 의사의 자문(諮問)과 여러 검사를 함으로써 탈모를 악화시키는 요인을 알아내서 함께 치료하는 것도 중요하다. 모발의 성장 속도는 한달에 약 1cm이므로 탈모환자는 최소한 6개월 이상 끈기를 가지고 꾸준히 치료하는 것이 바람직하다. 