

疾患ナビ「白髪」



白髪は加齢によって起こる自然なものですが、栄養不足やストレスなども影響します。原因によって、白髪の現れる場所には特徴があり、「加齢」による白髪は、頭部全体に現れるのが一般的です。一方、「酸素・栄養不足の白髪」は側頭部に現れやすく、元に戻りにくい、「ストレス白髪」は後頭部に現れやすく、元に戻る可能性がある、という特徴があります。

大正製薬株式会社〔本社：東京都豊島区 社長：上原 茂〕（以下、当社）が運用する健康情報サイト「大正健康ナビ（<https://www.taisho-kenko.com>）」では、専門医によるヘルスケアアドバイスを公開しています。

4月17日に新着公開した「白髪」では、田路 めぐみ（たじ・めぐみ）先生に原因、症状、治療・対処法や予防法について詳しくお伺いしました。

◆新着情報 専門医によるヘルスケアアドバイス 疾患ナビ「白髪」

<https://www.taisho-kenko.com/disease/628/>

<目次>

- ・白髪の原因
- ・白髪の症状
- ・白髪の対処法・治療法
- ・白髪の予防法

白髪は加齢や遺伝などで仕方のない面もありますが、毎日の生活習慣によって現れやすさに違いが出てきます。白髪の予防には、栄養をしっかり摂る、質のよい睡眠をとるなど体の内側からのケアと、頭皮環境をよくするための外側からのケアを実践していきましょう。

大正健康ナビは、生活者の日常生活に寄り添い、「人生 100 年時代をサポートする健康情報発信基地」として、みなさまの健康の維持・増進にお役立ていただけるサイト運営を目指しております。当社は、これからも健康と美を願う生活者に納得していただける優れた医薬品・健康関連商品、情報及びサービスを、社会から支持される方法で創造・提供することにより、社会へ貢献してまいります。

【監修者プロフィール】

松倉クリニック表参道 医師

田路 めぐみ（たじ・めぐみ）先生

1997 年東京大学医学部卒業。帝京大学形成外科助手、東京大学形成外科勤務などを経て、2014 年より現職。育毛外来を担当。従来の育毛薬の処方や治療だけでなく、栄養、ホルモンの観点からも診療し、根本的な治療を目指す。日本抗加齢医学会専門医。日本形成外科学会専門医。著書に『東大医師が教える 最強の育毛革命』（集英社）、医事監修に『髪が増える術 成功率 95%のブックが教えるすごいメソッド』（ダイヤモンド社）。

■ご参考

●大正健康ナビ

<https://www.taisho-kenko.com>

大正健康ナビでは、お悩みの原因、症状、対策や予防法などをご紹介します。また、気になる症状をすぐにチェックできるコンテンツもご用意。いろいろな疑問に専門家が分かりやすくお答えしています。