

มีอาการผมร่วงเวลาสระทุกครั้งมากกว่าปกติ และมีอาการหนังศีรษะมัน
ปัจจุบันผมบางขึ้นมากโดยเฉพาะแฉกกลางเป็นร่องกว้างเห็นได้ชัด เคยไปพบแพทย์ที่ รพ.ศิริราชท่านวินิจฉัยว่า
เกิดจากกรรมพันธุ์ ให้ยา Minoxidil 3% มาทาเช้าเย็น และคีเลต ซิงค์ ทากอนนอน แต่อาการก็คงเหมือนเดิม
อยากได้ยาที่ลดอาการหนังศีรษะมัน และลดอาการผมหลุดร่วงคะ
และอยากทราบข้อมูลอาการที่เป็นอยู่ให้มากกว่านี้ สำหรับคีเลต ซิงค์กินติดต่อกันนานๆ มีผลข้างเคียงไหม
กินติดต่อกันมาแล้ว 2 เดือนคะ รบกวนตอบคำถามให้ด้วย ขอขอบคุณคะ

ถามโดยคุณ นุ้ย ตอบโดย ญ.วริยา สารัตนะ หน่วยคลังข้อมูลยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

อาการหนังศีรษะมัน เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดผมร่วงมากผิดปกติได้ เนื่องจากไขมันที่อุดตันรูขุมขน
ทำให้เลือดไปเลี้ยงบริเวณรากผมได้น้อยลง ซึ่งสามารถเกิดได้จากสาเหตุทางกรรมพันธุ์หรือความผิดปกติของฮอร์โมน
อีกส่วนหนึ่งอาจเกิดจากการแพ้ผลิตภัณฑ์ดูแลเส้นผมหรือมีสารเคมีตกค้าง เช่น แชมพูสระผม ครีมนวดผม สเปรย์จัดแต่งทรงผม
หรือผลิตภัณฑ์เปลี่ยนสีผม พบว่าเป็นสาเหตุให้เกิดผมร่วงได้เช่นกัน ในตอนนี้จึงควรงดใช้ผลิตภัณฑ์ที่คาดว่าจะเป็สาเหตุ
เลือกใช้แชมพูที่มีความอ่อนโยน หรือเลือกใช้แชมพูสูตรกำจัดรังแค ก็จะช่วยลดความมันบนหนังศีรษะได้ส่วนหนึ่ง
ไม่ควรสระผมบ่อยจนเกินไป ไม่ควรใช้ความร้อนกับหนังศีรษะและเส้นผม
เพราะจะไปกำจัดน้ำมันที่ผลิตตามธรรมชาติและทำให้หนังศีรษะระคายเคือง ร่างกายจะผลิตน้ำมันในปริมาณที่มากขึ้นมาทดแทน
ทำให้หนังศีรษะมันมากกว่าเดิม การดูแลรักษาทั้งหมดตามที่ได้กล่าวมานี้ เป็นการช่วยลดปัจจัยอื่นๆ
ซึ่งอาจมีผลเกี่ยวกับการเกิดหนังศีรษะมันและผมร่วง ซึ่งในปัจจุบันยังไม่มีวิธีการรักษาใดๆ
ที่สามารถแกการเกิดผมร่วงซึ่งเกิดจากกรรมพันธุ์ได้อย่างสมบูรณ์แบบการให้ยาทา Minoxidil 3% ควบคู่กับการรับประทาน คีเลต
ซิงค์ เป็นหนึ่งในแนวทางในการรักษาผมร่วงจากกรรมพันธุ์หรือความผิดปกติของฮอร์โมนที่นิยมใช้อยู่ในปัจจุบัน
โดยอาจจะเห็นผลการรักษาที่ดีขึ้น หลังใช้ยาอย่างน้อย 3-4 เดือน เมื่อใช้ยาติดต่อกันตามแพทย์สั่ง
ดังนั้นควรใช้ยาตามที่แพทย์สั่งต่อไปอย่างต่อเนื่อง และพบแพทย์ตามนัด เพื่อติดตามผลการรักษา
และปรับเปลี่ยนการรักษาหากสุดท้ายยังไม่ได้ผล ไม่ควรหาซื้อยาหรือผลิตภัณฑ์สมุนไพรมาทดลองใช้เอง
เนื่องจากอาจเกิดอันตรายกับยาที่ใช้อยู่ ทำให้เกิดอันตราย หรือทำให้การรักษาไม่ได้ผล
ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนใช้ยาหรือผลิตภัณฑ์ใดๆ ระหว่างรับการรักษาการรับประทาน คีเลต ซิงค์ (Chelated zinc)
สำหรับเสริมธาตุสังกะสี ในปริมาณที่เหมาะสม (15-50 มิลลิกรัมของธาตุสังกะสีต่อวัน หรือตามที่แพทย์แนะนำ)
ค่อนข้างมีความปลอดภัย อย่างไรก็ตามอาการข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้นได้ หากได้รับในปริมาณที่สูงเกินไป ได้แก่ วิงเวียนศีรษะ
หน้ามืด อาเจียน เจ็บแน่นหน้าอก หายใจหอบเหนื่อย ตัวเหลือง ตาเหลือง มีไข้ขึ้นสูง หากเกิดอาการดังกล่าว
หรือมีอาการผิดปกติอื่นๆ ควรหยุดใช้ยา และปรึกษาแพทย์

Reference:

*Drug information handbook with international trade names index, 19th edition. Minoxidil topical
medical facts [Online: <http://www.drugs.com/pro/minoxidil.html>] cited on May 6, 2013. Zinc chelated
medical facts [Online: <http://www.drugs.com/cons/zinc-chelated.html>] cited on May 6, 2013.*