

weiweixia / July 10, 2012 04:50PM

注意：帽子太緊影響血液迴圈有可能致脫髮

脫髮的類型很多，可分為先天性脫髮、外傷性脫髮、毛髮週期紊亂等多種類型。到目前為止，還沒有能夠完全治癒脫髮的藥物。醫生建議，生活中改掉以下壞習慣，有助於防脫髮。

[url=http://dream-day.cuisine-spirit.com/recreational-venues-5029.html][color=White][size=1px]recreational venues[/size][/color][/url]

[url=http://lokk6.podbean.com/2012/07/09/traditional-products/][color=White][size=1px]traditional products[/size][/color][/url]

煙酒太多香煙中的尼古丁會使血管收縮，造成血液迴圈不良，頭髮的營養就無法送達，從而加速頭髮的稀疏或脫髮，因此，脫髮患者應戒煙。適量飲酒可使血管擴張，促進血液迴圈，對頭髮生長是有利的；但是，酒在體內分解時產生乙醚，這種物質具有排掉血液中的氧及養分的作用，所以過量飲酒會使毛髮受到損傷。

[url=http://dfefefe.monbebeblog.com/2732497/illuminating-power/][color=White][size=1px]illuminating power[/size][/color][/url]

洗髮太勤不少脫髮患者認為，脫髮是由於油脂過多引起的，因而增加洗髮次數，這是一種誤解。一般冬天3~4天洗髮一次，夏天2~3天洗髮一次是正常的洗髮頻率，太頻繁洗頭會增加對毛囊的刺激，而時隔太久才洗頭則易孳生糠秕孢子菌，使脫髮加重。[url=http://log711.reisebloggo.de/75759/good-idea/][color=White][size=1px]good idea[/size][/color][/url]

很多人有戴帽子的習慣，戴過緊的帽子會影響血液迴圈，從而導致加快脫髮。所戴的帽子最好選擇比頭略大一點的，戴上去不會過於緊壓頭髮，給頭髮留有透氣的餘地。
