

• 똑똑한 선택

탈모, 똑똑하게 대처하는 방법!

19

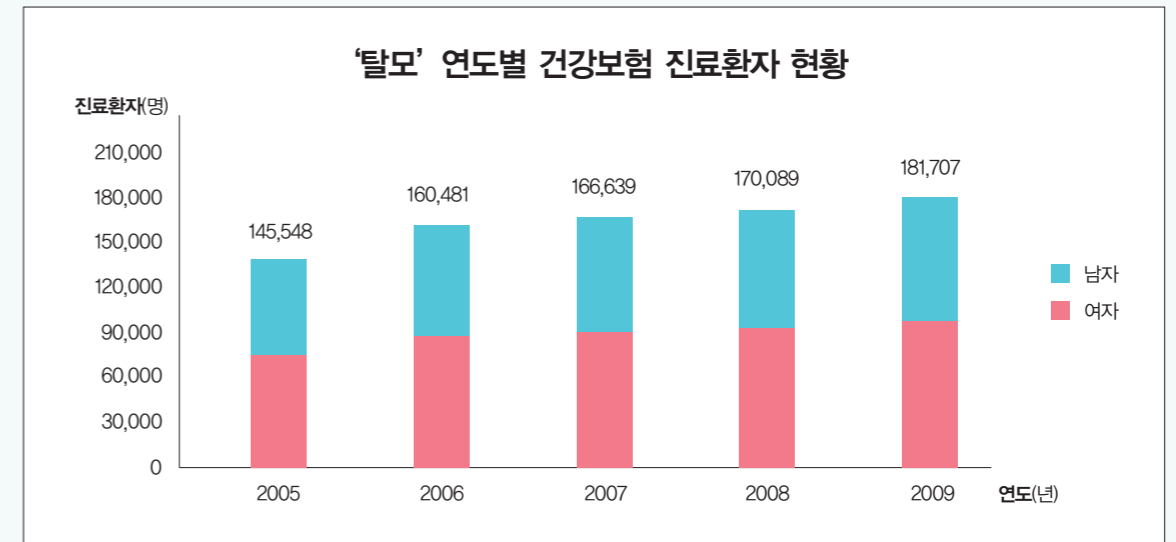
최악의 이성 조건 1위에 '대머리'가 선정될 만큼 현대사회에서 탈모는 외모를 해치는 요인이 틀림 없다. 하지만 탈모 인구는 계속 증가하고 있고, 각종 탈모 관리 제품들도 늘어나고 있다. 그러나 공산품이나 화장품을 탈모 치료나 예방에 효과가 있는 것처럼 광고·판매하는 경우도 있으니 주의가 필요하다. 탈모 치료제에는 어떤 것들이 있으며 적절한 모발용 제품 구매요령은 무엇인지 알아본다.

글/ 김대근 광주지방식약청 고객지원과



못생긴 것보다 대머리가 더 싫다?

예나 지금이나 국가와 성별을 불문하고 대머리는 달갑지 않은 신체현상으로 치부된다. 실제로 국내 한 결혼정보회사에서 미혼남녀 300명을 대상으로 설문조사를 시행한 결과 '만나기 꺼려지는 남성의 조건'에 '대머리'가 압도적인 1위로 뽑혔을 정도다. 국민건강보험공단의 통계에서도 탈모 진료환자는 2005년 14만 5천 명에서 2009년 18만 1천 명(남성 9만 3천 명, 여성 8만 8천 명)으로 나타나 최근 5년 동안 24.8% 증가하였으며, 인구 10만 명당 진료환자도 2005년 307명에서 2009년 374명으로 매년 꾸준히 증가하고 있다. 특히 전체 진료환자 중 남녀가 별반 차이가 없는 가운데 20~30대가 8만 8천 명으로 전체의 절반(48.4%)에 육박하는 등 20~30대 젊은 층이 진료를 많이 받는 것으로 드러났다.



탈모란 왜 생기며, 그 종류는 무엇인가?

탈모는 여러 가지 원인에 의해 머리카락 또는 체모가 소실되는 현상으로, 일시적으로 발생하는 가역적 급성 탈모와 지속적으로 발생해 비가역적인 현상을 나타내는 만성 탈모로 구분된다. 모발의 성장주기 상 머리카락이 하루 100개 이상 빠지면 일반적으로 탈모를 의심한다. 만성 탈모에서의 모발 소실 정도는 개인차가 있으나 일반적으로

22

장기간에 걸쳐 서서히 악화되며, 정도 또한 심하거나 덜한 상태가 교대로 발생하는 경향을 보인다. 탈모의 종류로는 만성 탈모 중 가장 일반적인 남성형 탈모 외에 원형 탈모, 휴지기 탈모, 외상성 탈모, 화학적 탈모 등이 있다.

탈모의 종류 및 그 원인과 증상

탈모 종류	원인 및 증상
남성형 탈모	만성 탈모 중 가장 일반적인 탈모증상으로 남성호르몬 테스토스테론이 디하드로테스토스테론(DHT)으로 변화 시 DHT에 민감한 사람들에게서 탈모가 발생하고 두피에 국한되어 발생함. 모낭의 크기가 점점 작아짐으로써 짧고 가는 모발을 생성하여 탈모가 진행되고, 남·여 모두에게 발생하나 남성에서는 탈모 시작 연령이 빠르고 증상도 심각함.
원형 탈모	과도한 면역 활성화로 자신의 모낭을 공격하는 일종의 자가면역질환에 의하여 발생한다고 알려짐. 두피를 포함하여 신체 모든 부위에서 발생할 수 있고 남·여 모두에게서 나타나는 경향을 보이거나 청년, 소아에서의 발병빈도가 높음. 대개 치료 후 1년 이내에 회복되지만 재발하거나 전신탈모증, 전두탈모증 등으로 악화하는 경우도 있음.
휴지기 탈모	분만이나 심각한 스트레스와 같이 모발성장 과정 중의 휴지기(休止期)에 많은 수의 모발이 소실됨으로써 발생.
외상성 탈모	기계적 자극이나 잦은 샴푸, 고온의 헤어드라이어 사용 및 머리카락을 뽑는 습관으로 인하여 발생.
화학적 탈모	염색약, 퍼머넌트 및 특정 약물 특히, 항암 화학요법제나 방사선 치료에 기인하여 발생.

탈모 예방 및 치료법에는 어떤 것들이 있나?

탈모를 예방하거나 진행속도를 저지하기 위해서는 모낭에 자극을 주는 습관을 바꿔야 하며, 가능한 스트레스를 피하도록 노력하고 충분한 휴식과 수면 그리고 균형 있는 식습관을 생활화하는 것이 중요하다. 또한, 원인 질환이 파악되면 해당 질환의 치료가 선행되어야 하며 사용중인 약물이나 모발제품 등이 두피에 좋지 않은 영향을 미치면 변경하거나 사용을 중지해야 한다.

식약청에서 허가받은 남성형 탈모 치료제로는 의사 처방이 필요한 경구용 전문약으로 남성에게만 사용되는 제품과 두피에 바르는 외용 일반약으로 남·여 모두가 사용할 수 있는 약품이 있다. 지루성 피부염에 의한 탈모증 및 원형 탈모 치료제는 경구용 복합제가 일반약으로 신고되어 있다. 탈모 치료제는 부작용의 우려도 있으므로 취급

및 복용 시 의사와 상담하거나 약사의 복약지도를 받는 것이 필요하다.

대표적인 남성형 탈모 치료제의 종류

성분명	구분	사용대상	사용법
피나 스테리드	전문약품 (경구용)	성인 남자	18~41세 성인 남자 : 일반적으로 1일 1회, 1정(1mg)을 3개월 이상 식사와 무관하게 복용
두타 스테리드	전문약품 (경구용)	성인 남자	18~41세 성인 남자 : 일반적으로 1일 1회, 1캡슐(0.5mg)을 식사와 무관하게 복용
미녹시딜	일반약품 (외용)	· 5% 외용액 : 남성 · 2%, 3% 외용액 : 남성, 여성	0.5~1mL를 1일 2회, 최소 4개월간 환부에만 도포(1일 총 투여량이 2mL를 초과하지 않아야 함)

※두타 스테리드는 일부 품목에 한함

탈모 관리 제품 선택 요령 및 두피관리실 이용 시 주의사항

시중에는 두피관리실이나 탈모관리실이 여기저기 들어서 있고 모근 강화·발모·양모 등을 표방한 샴푸, 헤어크림 등 모발용 제품들도 넘쳐나고 있다. 그러나 공산품이나 화장품을 탈모 치료나 예방에 효과가 있다고 광고하면서 사용·판매하는 경우도 있으니 주의해야 한다.

식약청에서는 모발용 제품 중 발모촉진 등 탈모치료에 효과가 있는 제품은 '의약품'으로, 탈모 방지 및 양모 효과가 있는 제품은 '의약외품'으로 허가하고 있으며, 화장품으로 분류되는 샴푸·헤어크림·헤어토너 등은 단지 두피 청결 및 모발에 영양을 공급하여 모발건강에 도움을 주는 제품으로써 의약품이나 의약외품으로 오인될 표시나 광고를 못하도록 하고 있다.

소비자는 탈모관리 제품 선택 시 광고에 의존하기보다는 허가사항이나 효능 등을 꼼꼼히 살펴볼 필요가 있으며, 의약품은 병원에서 처방을 받거나 약국에서 구매해야 한다. 두피관리실이나 탈모관리실을 이용할 때도 제품의 허가사항과 효능을 확인한 후 선택한다면 보다 만족스러운 효과를 기대할 수 있을 것이다. 제품정보는 식품의약품안전청 의약품 허가정보 사이트 이지드럭(<http://ezdrug.kfda.go.kr>)에서 확인할 수 있다.