



【例年より過酷な花粉シーズンが到来】

乾燥した髪の毛が花粉をより引き寄せる！？

今年は“髪の毛の静電気”に要注意

対策方法は“整髪料”で花粉から髪を守る！？

Dクリニック東京院長 小山太郎医師が解説

男性の発毛治療をメインに行うDクリニック東京(所在地:東京都千代田区、院長:小山太郎)では、20~60歳の男性200名に対し、「花粉の時期の髪/頭皮ケア」に関する調査^{※1}を実施いたしました。調査結果を踏まえ、Dクリニック東京院長の小山太郎医師より、花粉の時期に心掛けたい「髪/頭皮ケア」について解説いたします。

※1 2025年2月実施、WEB調査、全国20代~60代200名

【例年より過酷な花粉シーズンが到来】

乾燥した髪の毛が花粉をより引き寄せる！？

今年は“髪の毛の静電気”に要注意

対策方法は“整髪料”で花粉から髪を守る！？



■2025年の花粉の飛散傾向は“例年より早く、多い！”

2025年は例年と比べ、花粉の飛散量が多く、飛散開始も早くなることが予想されています。

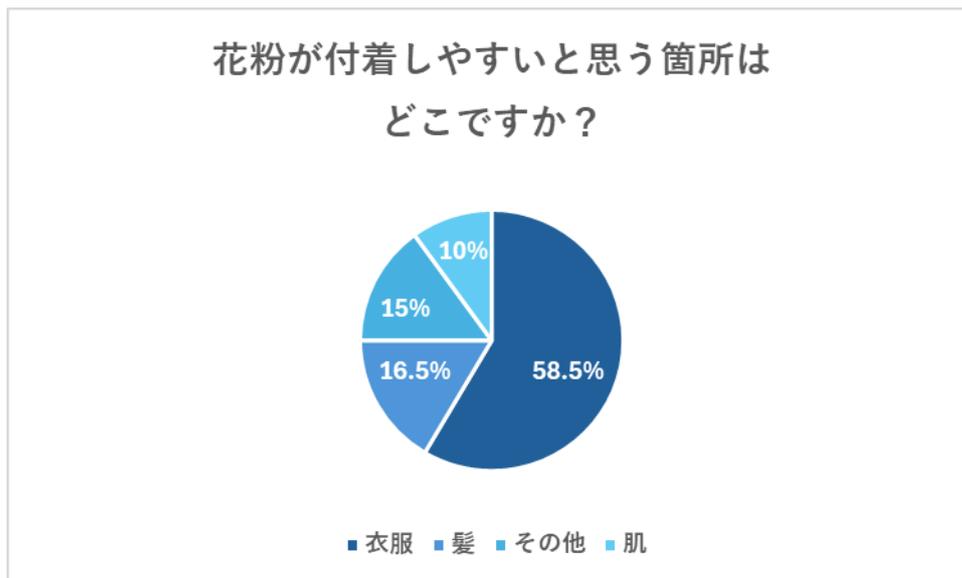
Dクリニックが実施した調査でも、約3人に1人が「昨年に比べ今年はより花粉が多いと感じる」と回答するなど、既に花粉症の症状に悩まされている方も多くいることが分かりました。

■“静電気”が花粉の付着をより引き起こす！？

花粉は空気中に飛散しているため、衣類同様に髪にも付着します。さらに、衣類の素材によっては、花粉は服よりも髪の毛の方が付着しやすいこともあります。

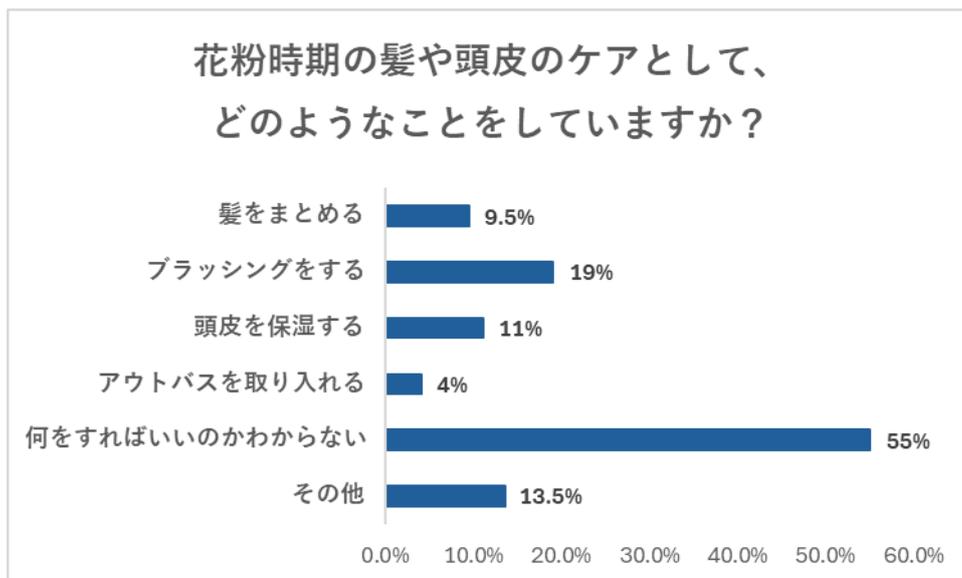
Dクリニックの調査では、花粉が付着しやすい箇所として、服と回答した人は59%、髪と回答した人は16%という結果となり、衣類には対策が出来ていても意外と髪までは気が回っていない方が多いことが分かりました。

また傷んだ髪や、乾燥した髪は静電気が帯びやすく、静電気が生じているとより花粉が付着しやすくなります。今後まだまだ乾燥した時期が続き、男性は女性と比べ肌の水分量が少ないため、より“静電気”への注意が必要になるかもしれません。



■“整髪料”が花粉から髪を守る！

花粉時期の髪や頭皮のケアについて調査をしたところ、約半数の人が「何をしたらいいのかわからない(55%)」と回答しており、まだまだ対策方法などが浸透していないことが分かりました。二番目に多い回答としては、「ブラッシングをする(17%)」が挙げられ、次に「頭皮を保湿する(11%)」と続きました。花粉を落とすために適度なブラッシングは有効とされています。また花粉が頭皮や髪に付着すると、水分が奪われ、髪のパサつきや、頭皮の乾燥を引き起こしてしまい、フケやかゆみの原因となります。そのため頭皮を保湿することが大切です。その他にも、花粉が髪へ付着することを未然に防ぐ対策として、整髪料をつけることで髪に油分を適度に補ってあげるなどの対策を行ってみるのも良いかもしれません。



■髪/頭皮の花粉トラブルについてケア方法を解説！

Dクリニック東京院長 小山太郎医師よりコメント



今年は花粉の飛散が早く、既に症状に苦しんでいる方も多くいらっしゃいます。花粉症の症状として鼻水、鼻づまり、くしゃみ、眼のかゆみに加えて皮膚の赤み、かゆみが挙げられます。頭皮の痒みを放置していると、髪の毛の成長が妨げられ、抜け毛増加や薄毛につながります。

傷んだ髪や、乾燥した髪は静電気を帯びやすく、花粉が付着しやすくなります。これからの時期、花粉に対する頭皮ケアとして、トリートメントや頭皮保湿液を活用して、髪の毛や頭皮を保湿する(油分を補う)ことを勧めます。男性の場合は、整髪料で髪に油分を補ってあげるのも良いでしょう。その場合、整髪料については頭皮の負担が少ない商品を選び、適量で使用する、また、洗髪時にしっかりと整髪料を洗い流すことを心がけてください。頭皮の痒み、抜け毛などが気になる方は、当院で診察・治療も可能です。ぜひお気軽にお問合せください。

■Dクリニックについて

東京・新宿・名古屋・大阪・福岡・札幌で頭髪治療において、320万人の治療実績を有する※6つの専門クリニックです。NPO法人F.M.L.にて最新医療の研究をもとに、同一の治療プロトコルを共有しています。皮膚科、形成外科、メンタルヘルス(精神神経科)等の各分野の専門医が連携し、AGA(男性型脱毛症)や女性の脱毛症をはじめとする男女の頭髪の悩みを解決するために、最新の医学情報を共有しながら、研究を重ね、治療に活かし、患者様一人ひとりに最適な治療を施す総合頭髪治療を提供しています。

<https://www.d-clinicgroup.jp/clinic/>

※1999年7月～2024年1月の延べ患者数