

90后开始“脱发”？

摆脱焦虑首选改变生活习惯

核心提示

90后作为相对年轻的群体，苦头发问题却已久矣。据《中国人头皮健康白皮书》显示，中国受脱发问题困扰的人约有2亿，发病率高且日趋严重，每年以15%至18%的增长速度快速发展。未达30岁的90后脱发比例已经高达36.1%，甚至有超五成的大学生表示已经开始脱发。

作为相对年轻的群体又有多少有头发问题？头发真的影响颜值吗？为了拯救头发，挽回颜值，大家都又采取了哪些措施呢？

超八成人很在意自己脱发或少发问题

来自调研机构发布的《2022年国民头发调研报告》显示，在最困扰的秀发问题中，头屑多、头发油腻、脱发为主要的秀发困扰，其次是头痒、发丝分叉、发丝干枯等；相较于男性，女性更有脱发困扰。

为了护发采取的措施中，洗发水成了首当其冲的产品，一举胜出，其次是护发素；然而在每年的护发费用上，超过六成的花费在500元以上，其中以500至2000元为主。

通过调研发现，82.1%的人对自己现在的头发状态(脱发或少发)是非常在意的，其中59.3%的用户已经采取了相应的措施。女性中，因在意头发问题已经采取相应措施的比例为48.1%，而男性中采取相应措施的比例相对更高，达62.6%。

自我观察为发量焦虑来源

照镜子看到自己的发量变少、变细、变稀、变软是人们产生发量困扰的主要原因，其次为洗头梳头时看到大把掉发；但男性与女性产生发量危机的原因大同小异。其中，女性更倾向于通过自身观察发现发量问题而产生焦虑，而男性用户更容易在外界的刺激下(网络上对于脱发的调侃)产生发量焦虑。

人们脱发严重程度分布情况中，仅4.2%有严重脱发，而日常掉发，偶尔有脱发迹象的占比51.3%；男性更多是日常掉发，偶尔有脱发迹象，占比58.1%；女性更多是轻微脱发，中分处开始稀疏，占比47.4%。

在脱发区域分布中，男性女性都普遍认为前额发际线是最主要的脱发区

域；其次，男性认为头顶也是最容易脱发的一个区域，女性则因“发缝一际白”而心生烦恼。

在脱发、发量稀少带来的不安中，男性女性都普遍认为容易显老是最主要的不安；其次，男性认为头发问题在找对象的时候更容易受挫，女性则认为头发更容易影响自己追求时髦。

在对另一半秃头的测试中，绝大多数男性女性都并不愿意接受自己另一半光头或秃头；女性对于光头的好感度反而高于头秃，是因为彰显个性，又干净又省洗发水，不用护发打理？

改变生活习惯成为拯救第一选择

通过自我诊断的脱发原因中，自我原因是导致脱发的主要原因；过度熬夜是人们认为的脱发主要杀手，占比58.9%；55.6%的人脱发是因为精神压力

太大；还有35.9%是拿头发换钱，完全是因为工作学习用脑过度。

在拯救头发方法中，58.6%从改变生活习惯做起，54.3%调节自我情绪，学会自我解压；还有四成以上的开始花钱买安慰，购买养发、防脱型、生发产品等；此外还有一小部分人为了颜值、提升自信，选择植发、戴假发，更有小部分人直接佛系躺平，不采取任何措施。

在头发造型选择中，人们心揣换颜的憧憬走进理发店，想通过造型改变颜值，增加发量既视感；女性更倾向黑长直、大波浪卷发、丸子头，男性更倾向寸头、刘海中分、锡纸烫。

在心中完美头发的选择中，男性女性对完美头发也是各有不同，男性更希望自己的头发乌黑、浓密；女性则更希望自己的头发柔顺、乌黑，有光泽。
据《北京青年报》

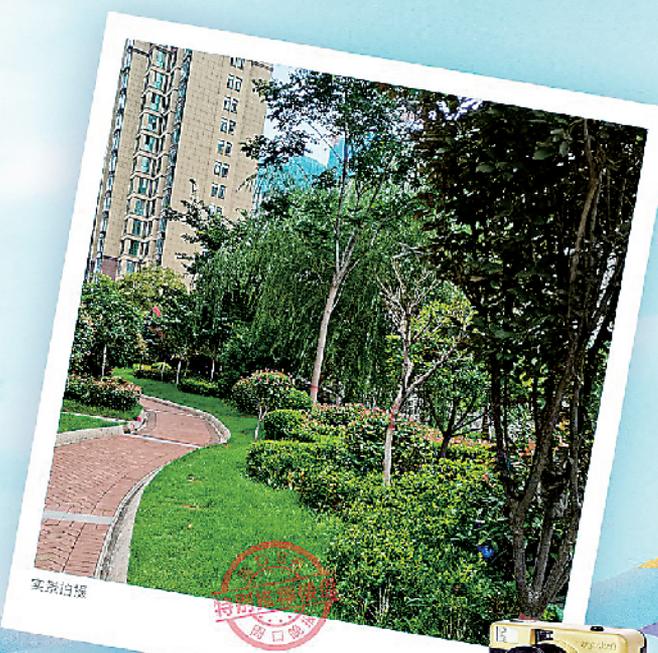
馨丽康城
BEAUTIFUL HEALTHY CITY

建业物业
JIANYE PROPERTY

周师旁现房

4890元/m²起

即买即交付



靠谱现房
馨丽康城
实景衡量

44层 建面约 49~63m²70年产权精致住宅

34层 建面约 83~145m²湖景现房 美好兑现不等待

品鉴热线
VIP0394

7999666

营销中心 文昌大道旁·周口师范学院西门向北200米 © 开发商：河南益发鼎盛房地产开发有限公司

预售证号：周房预售楼证2019031、2020028号 本广告所有图片、文字等资料不作为合同要约，所有细节以政府审批文件和双方签订的认购书为准 广告：2#楼1406，单价4890元/m²

广告