



數理人文專題報告比賽（學校組）(2019-2020 年度) 季軍

學校名稱：鮮魚行學校

學生姓名：甄雪、龐俊偉、陳鍵洪、梁柏

報告題目：為甚麼有些人的頭髮是天然卷？為甚麼有些人會出現禿頭的情況？如何改善脫髮問題？

引言 / 研習動機：

人的頭髮多數都是直髮，但有些人出生就是天然卷，究竟是為什麼呢？此外，有些人出現禿頭的問題，這是不是與遺傳有關呢？現在就一起來解開疑團吧。

研習過程/內容：

天然卷的原因

人是直髮還是卷髮主要是由遺傳基因決定。頭髮的卷曲程度取決於毛囊，而毛囊的形狀取決於DNA，簡單來說就是直髮毛囊長出直頭髮，卷髮毛囊長出卷髮。如果毛囊結構均勻，髮根就會呈圓柱形生長，長成後成為直髮；如果毛囊結構不均，是橢圓形的，那麼毛髮就會是自然彎曲。

禿頭的原因

為甚麼有些人會有禿頭的情況？人類禿頭的原因很多。第一，種族差異是一種比較明顯的影響因素，禿頭在歐洲人中十分常見。第二，男性型禿頭與遺傳有密切關係。第三，雄性激素可直接影響頭髮的毛囊，導致男性型禿頭。雌性激素具有對抗雄性激素的作用，所以女性較少出現禿頭。第四，緊張、恐懼、憂慮等可使頭髮脫落明顯增多。第五，長期缺乏維生素 A 可導致頭髮稀少，缺乏維生素 B2 可出現皮脂溢出增多，頭髮容易脫落。第六，缺乏生物素，可使毛髮脫落；某些全身系統性疾病，往往可導致頭髮稀疏。

如何改善脫髮問題

要改善脫髮問題，其實有很多方法。首先飲食方面，少吃油炸、辛辣及甜食，多吃含豐富維他命 A、B2、B6、E 的食物。另外，洗髮時，不要將洗髮水直接倒在頭髮上，應先用雙手搓均洗髮水。洗髮時水溫不要過熱或過冷，用溫水洗髮，亦不要用脫脂力太強的洗髮水，而且不要太頻繁洗髮。至於護理頭髮方面，早晚多梳頭，並應選擇圓形刷頭的髮梳，以避免刮損頭皮，更不要用指甲梳頭。最後要有充足的睡眠，就可改善脫髮問題。

總結：

根據我們的研究，天然卷髮和禿頭都會受基因遺傳影響，而一般男性的禿頭機率比較大，並且在歐洲比較常見。當然，我們未必能夠改變遺傳問題，但是我們可以從生活習慣入手，讓頭髮更健康。



老師評語：

這次的專題報告以「頭髮」作為主題，學生有很多有趣的想法。季軍組別探討「天然卷」及「禿頭」的問題，表現不錯。

註：除校正如錯別字及標點符號外，以呈現學生作品的原貌為編輯原則。