

# 抜け毛に悩んでいる方へのアンケート 調査概要及び結果一覧

令和7年11月  
医療法人 予防医療会  
メディカルアルファクリニック

# 1 調査の概要

## 1.1 調査の目的

本調査は、抜け毛や薄毛が気になり始めた男女を対象に、抜け毛の発生時期や量、毛根の状態、実施している抜け毛対策、継続の課題、そして効果を感じた取り組みやAGA治療の体験談を収集することを目的としています。

実際の体験や意見を通じて、抜け毛・薄毛に悩む方が自身に合ったケア方法を見つける際の参考となる情報を提供することを目指します。

## 1.2 調査の対象

[ランサーズ](#)を通じて、抜け毛・薄毛が気になり始めた10代～40代以上の男女を対象にアンケートを実施しました。

## 1.3 調査期間

2025年11月10日～2025年11月11日

## 1.4 調査項目

回答者の基本情報を確認した上で、以下の内容についてアンケートを行いました。

- 性別（男性／女性）
- 抜け毛が気になり始めた時期（10代／20代前半／20代後半／30代前半／30代後半／40代以上）
- 1日の抜け毛本数（50本未満／50～100本／100本以上）
- 抜け毛の毛根の形状（白く丸い／太く丸い／黒く細い／毛根がない／先が尖っている・歪んでいる／ベタつきのある白い塊付き／その他）
- 抜け毛対策として実践していること（AGA治療／育毛剤・発毛剤／シャンプー変更／食生活改善／睡眠改善／その他）
- 抜け毛ケアが続かなかった理由（効果を実感できなかった／コストが高い／手間がかかる／忘れる／特にない）
- 効果を感じた対策（自由記述）
- AGA治療に関する体験談（自由記述）

## 1.5 調査結果の活用

本アンケートで得られた回答は、抜け毛・薄毛に悩む方がより現実的かつ継続しやすいケア方法を検討するための参考資料として活用します。

また、実際の利用者の声を通じて、AGA治療や育毛関連サービスの改善、製品開発、情報発信の質向上にも役立てます。

## 1.6 調査の実施状況

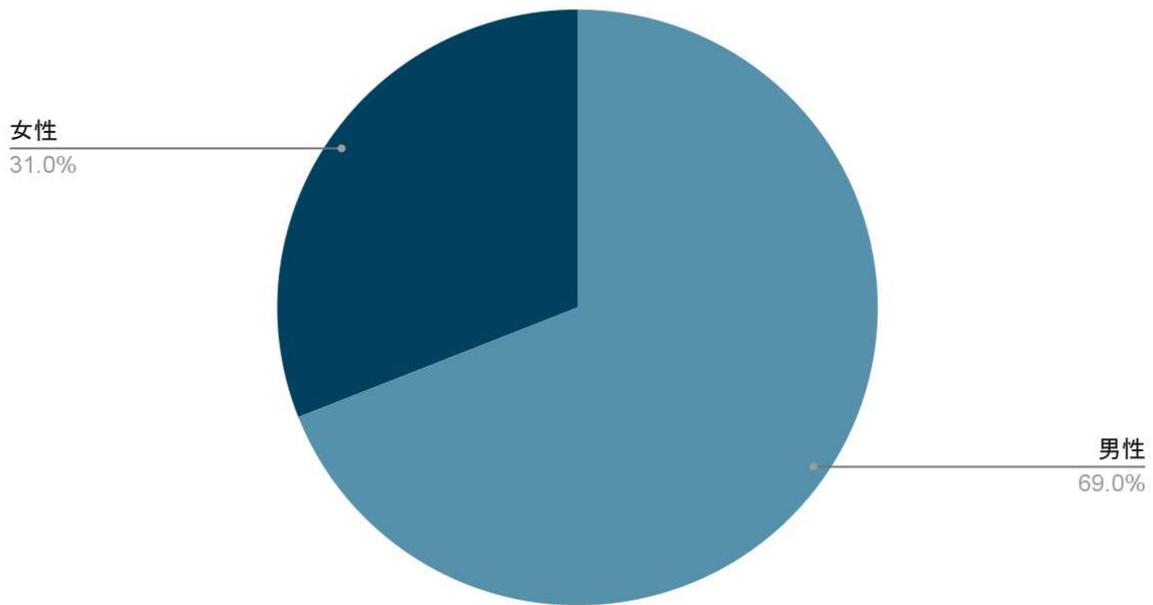
2025年11月4日時点で、100名の有効回答を得ました。

## 2 調査結果

### 2.1 性別

「回答者の性別」についてアンケートを実施しました。  
男性・女性それぞれの割合を把握し、抜け毛に関する傾向を比較する目的で調査を行いました。

#### 性別

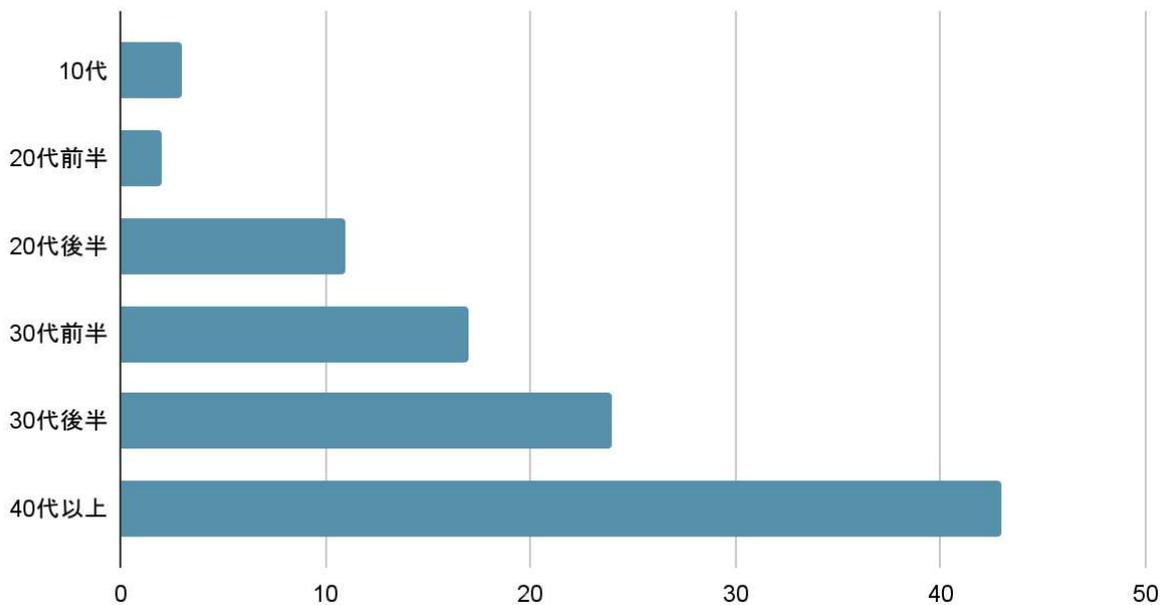


項目	回答数	割合
男性	69人	69.00%
女性	31人	31.00%

## 2.2 抜け毛が気になり始めた時期

「抜け毛が気になり始めた時期」についてアンケートを実施しました。  
10代から40代以上までの各世代で、抜け毛に気づき始める年齢層の傾向を分析しました。

抜け毛が気になり始めた時期

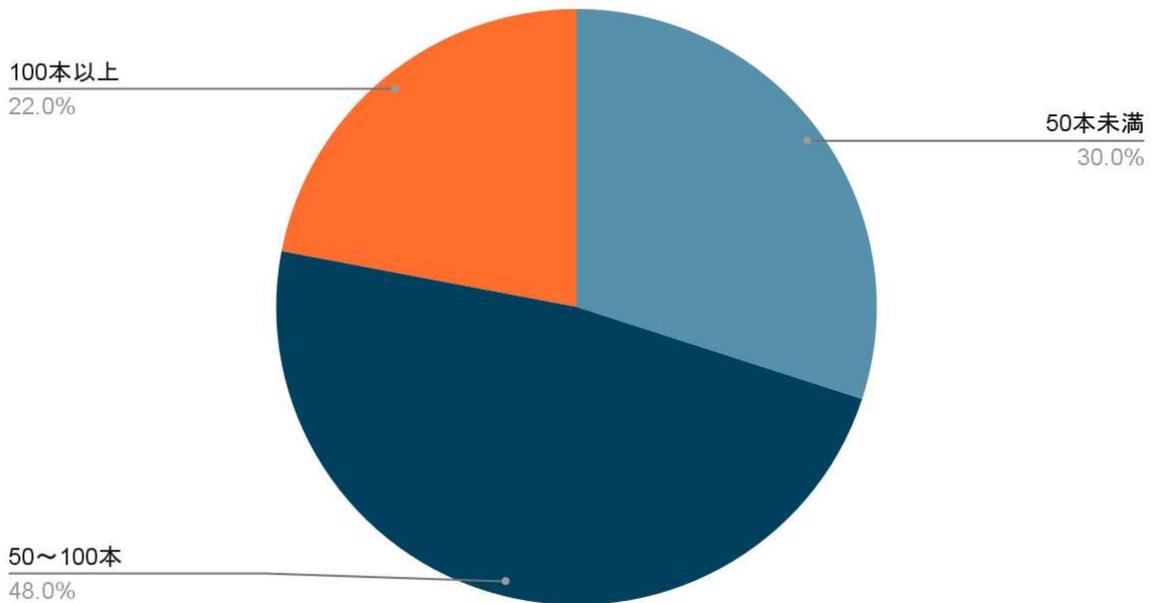


項目	回答数	割合
10代	3人	3.00%
20代前半	2人	2.00%
20代後半	11人	11.00%
30代前半	17人	17.00%
30代後半	24人	24.00%
40代以上	43人	43.00%

## 2.3 1日の抜け毛本数

「1日の抜け毛本数はどのくらいだと思うか」についてアンケートを実施しました。個人の体感としての抜け毛量の認識を把握するために調査を行いました。

### 1日の抜け毛本数

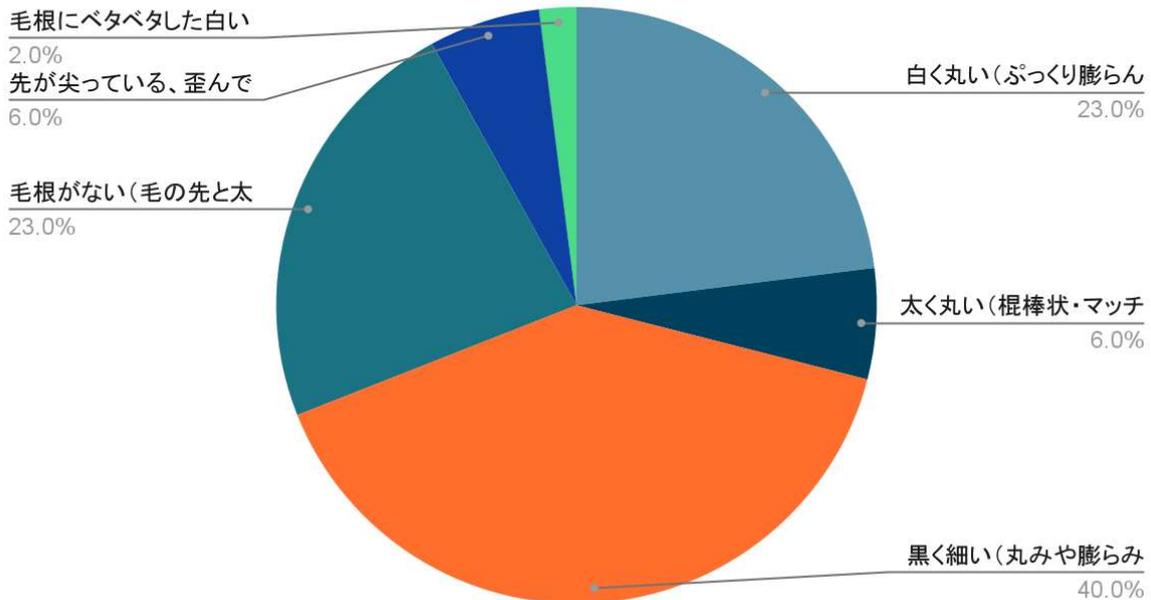


項目	回答数	割合
50本未満	30人	30.00%
50~100本	48人	48.00%
100本以上	22人	22.00%

## 2.4 抜け毛の毛根の形状

「抜け毛の毛根はどのような形状が多いか」についてアンケートを実施しました。  
白く丸い、黒く細い、先が尖っているなど、毛根の状態と抜け毛の特徴を確認しました。

### 抜け毛の毛根の形状



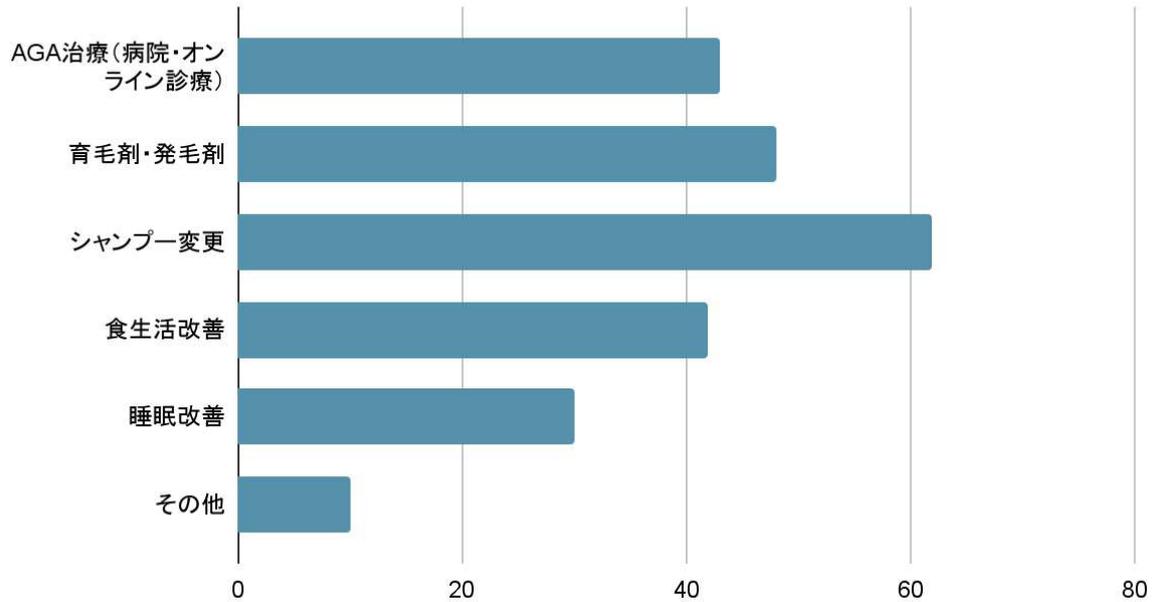
項目	回答数	割合
白く丸い (ふっくら膨らんでいる)	23人	23.00%
太く丸い (棍棒状・マッチ棒型など)	6人	6.00%
黒く細い (丸みや膨らみが少ない、細い)	40人	40.00%
毛根がない (毛の先と太さがほぼ同じ)	23人	23.00%
先が尖っている、歪んでいる	6人	6.00%
毛根にベタベタした白い塊が付いている	2人	2.00%
その他	0人	0.00%

## 2.5 抜け毛対策の実施状況

「抜け毛対策で実践していること、または試したこと」についてアンケートを実施しました（複数回答可）。

AGA治療や育毛剤の使用、シャンプー変更、生活習慣の改善など、対策方法の実施傾向を調査しました。

### 抜け毛対策の実施状況

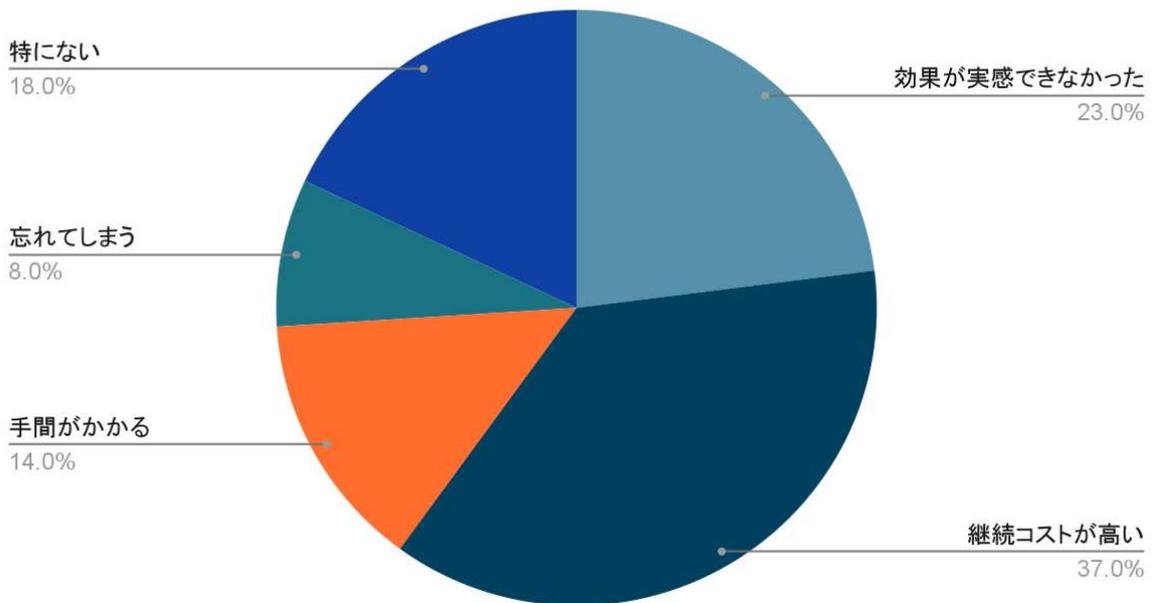


項目	回答数
AGA治療（病院・オンライン診療）	43人
育毛剤・発毛剤	48人
シャンプー変更	62人
食生活改善	42人
睡眠改善	30人
その他	10人

## 2.6 抜け毛ケアが続かなかった理由

「抜け毛ケアを続けられなかった理由」についてアンケートを実施しました。効果の実感やコスト、手間など、継続に関する課題を明らかにしました。

抜け毛ケアが続かなかった理由



項目	回答数	割合
効果が実感できなかった	23人	23.00%
継続コストが高い	37人	37.00%
手間がかかる	14人	14.00%
忘れてしまう	8人	8.00%
特にない	18人	18.00%

## 2.7 効果を感じた対策

「これまでに効果を感じた抜け毛・薄毛対策」について自由回答形式でアンケートを実施しました。

個人の実感に基づく具体的な成功例を収集し、有効な取り組みの傾向を分析しました。

育毛シャンプーの利用
育毛剤のあとにマッサージをすることで、少なくとも抜け毛防止になったとは感じる。
なし
特になし
今までシャンプーへのこだわりがなく妻と同じものを使用していたが、抜け毛が気になりスカルプケアシャンプーに切り替えたところ髪のハリなどSぐに違い感じる事が出来ました。
シャンプー後、ドライヤーで地肌まで乾かすこと。だいたい乾いていても地肌が乾いてないことがあって丁寧にするようにしました。
薬が良いですね
育毛剤が少しばかりきいている気がする
頭皮マッサージがいいと聞いて、マッサージ機を購入してお風呂上がりには使っています。少し抜けにくくなったかなと思いました。
対策をしたわけではないですが、環境の変化でストレスが減ったときに抜け毛が減り髪の毛の調子が良いと感じました。
ランニングなどの運動
サプリ。リジンと亜鉛。夏場はやはりぬけるのですが、その他の季節は明らかに抜け毛が減ったと感じます。
育毛剤は効果があった気がする
シャンプーをする時、頭皮をマッサージしながら洗髪。
睡眠時間を以前より取り入れたときに特に効果を感じました。
十分な睡眠をとることで効果を実感できました。
AGA治療により、頭皮のべたつきがなくなった。
シャンプーを変えたことで頭皮のべたつきが減り、抜け毛の量が明らかに少なくなりました。また、睡眠をしっかり取るようにした時期も、髪の状態が安定していたと感じています。
髪の毛を全部ブリーチし、染めたところ突然抜け毛が始まりました。上から見たときに、髪の毛の分け目がものすごく見えるくらいでした。以降、染料などは使用していないこともあるかもしれませんが、育毛剤を使い始めてからは少しずつ分け目が気にならなくなり元に戻りつつあると思います。育毛剤を使用してから約8か月です。
育毛剤の使用
飲み薬を試した
亜鉛のサプリを飲む
オンライン診療でのAGA治療。
美容院でのヘッドスパが気持ちよく、髪が元気になった気がします。
AGA治療がもっとも抜け毛の量が減ったという実感が湧きましたので、これが一番効果を感じました。
納豆を食べると抜け毛が減るような気がして食べ続けたことがあります。減ったような変わらないような、よくわ

<p>からないまま、今では気が向けば食べるという試みでとりあえずは精神面での安定を得てはいます。</p>
<p>実際は分からないが。シャンプーを育毛系に変えたら変わった気がする。</p>
<p>ミノキシジル配合の育毛剤（市販）を1年以上使用していますが、一時期よりは抜け毛が減って、新たな発毛が見られているので効果はあると感じています。</p>
<p>頭皮マッサージブラシ</p>
<p>シャンプーでしっかり洗った後に育毛剤を頭皮に塗ってマッサージしたのが最も効果を感じました。</p>
<p>頭皮マッサージ</p>
<p>睡眠が浅く朝方トイレに何度も起きてしまうので、寝る前に軽いウォーキングをして 疲れるとぐっすり眠れる様になった</p>
<p>リアップなどの育毛剤で若干の効果を感じたが、経済的な限界を感じて、フェードアウトした。</p>
<p>シャンプーを変えた際は気持ち改善されたように感じました。</p>
<p>ストレスを貯めない、がなんだかんだで一番だと思う</p>
<p>頭皮をマッサージする</p>
<p>とくになし</p>
<p>クリニックから薬を処方してもらったり、シャンプーの変更を行いました。どちらも特に効果を感じることはできませんでした。</p>
<p>フィナステリドの内服</p>
<p>整髪料(ワックス)の使用を辞めた</p>
<p>AGA治療</p>
<p>シャンプーを変えた時、髪質が良くなった感じがありましたが、毛根に効いているかは分からず一本使ってやめてしまいました。</p>
<p>ミノキシジル配合の発毛剤は使用当初、発毛に実感がありました</p>
<p>タンパク質系、鉄分など、多めにたべた。多少効果があったと思う。</p>
<p>とくになし</p>
<p>AGAによる治療で皮膚科による飲み薬が一番効果を感じました。</p>
<p>睡眠時間や質を気にしたこと</p>
<p>頭部のマッサージは、継続すると頭皮が柔らかくなる実感が得られるので効果をととも感じます。</p>
<p>育毛剤を使う</p>
<p>頭はしっかり目に洗う</p>
<p>フィナステリドの服用</p>
<p>今、持病あって薬やサプリ飲んでるので減らして食改善すれば多少は効果感じるのでは？と思います。</p>
<p>甘いもの、油、小麦粉をやめたら便秘改善で自律神経が整いました。</p>
<p>これまでに効果を感じたことはない</p>
<p>・HARG療法・亜鉛のサプリメントを飲み始めてしばらくすると抜け毛が減ったように感じました。</p>
<p>脂っこい食事やお菓子を控えたら多少抜け毛が減ったような気がするが見た目の変化はなく効果があったとは言えない。</p>
<p>薬を投与したこと</p>
<p>頭皮のマッサージですが、これまで行ったことは一度もなく、抜け毛に良いということで始めました。半年も経たずに以前よりも頭皮が柔らかくなっている頃に気づき、硬い頭皮でいるよりも抜け毛ケアとしてはやっほうが良い</p>

です。
一番効果的だったのはAGA治療です。しばらく経過すると改善しました。
AGAクリニックは交換を感じました。
ヘアトニックで毛が太く強くなった
髪の毛の洗い方やドライヤーでの乾かし方をYouTubeで言われたとおりにした。
どれも効果を感じませんでした。
嫌な作業はしないことなどでストレスをなるべくためないようにし、趣味などに時間を使うことで、抜け毛が減ったように思うことができました。
筋トレのためジム通い（週2、3回を半年間継続） 頭皮用化粧水 薬用シャンプー AGA治療
育毛効果、抜け毛予防効果のあるシャンプーを使用時には排水口に溜まる抜け毛の量が少なかったように感じます。 ただ、高かったのが長く続けられませんでした。
ありません
抜け毛に関して、診察を受け処方された薬を飲んだことによって、抜け毛が少なくなりました。
効果はない
AGA治療を始めてから髪にコシが出てきました。また、継続することで抜け毛の量も少しずつ減り、髪の毛の質感も改善してきました。
毎晩比較的長時間ぬるま湯に入浴し、ストレスと肩凝りの改善を図る。
生活習慣改善だけでは効果を感じない。
頭皮マッサージやストレス軽減させる行動。
育毛剤を使い始めてから、髪の毛の抜け毛が減ったように感じました。特に、シャンプーを変えてからは、頭皮の状態が良くなり、抜け毛の減少を実感できました。
ありません
ずっと頭皮の汚れを落とすために強めに洗って髪の毛が抜けている感じもしていたので今は時間がかかりますが丁寧に優しく頭皮を洗うようにしています。
デュタステリドの内服薬とミノキシジルの外用薬の併用
ミノキシジルとフィナステリド。かゆみやだるさが少しはあるが、髪自体は確実に強くはなったし、毛穴から生えてくる本数も増えた。
病院で処方された円形脱毛症の薬。
オンラインAGA治療です。
ホルモンバランスを整えるために、脂っこいものを控え魚中心の食生活に変えた時に、抜け毛が少なかったような気がする
オンラインクリニックでの薬
ミノキシジルとフィナステリドの服用
特になし。市販の育毛剤やサプリは気休め程度
フィナステリドとミノキシジル内服薬を服用。
AGA治療にて、お薬の効果があり、抜け毛が減ったことです。

ミノキシジル液を利用してからは効果を感じましたが、一時的にやめてみるとまた元に戻るという状況でした。
特にお酒や煙草を減らして定期的に運動をしたのは効果がありました。
AGA治療薬の服用(フィナステリド)
AGA治療
スカルプシャンプーの使用
育毛剤を使用する。薬を飲む
頭皮マッサージ。お風呂の中でシャンプーをする時にYouTubeで見た頭皮マッサージをしている。
油を使った料理を減らした際効果を感じました。
抜け毛対策用のオイルでマッサージ
飲み薬治療です
シャンプーを変える事で髪の毛の生きが変わった
ドライヤーでちゃんと乾かす。 シャンプーをよく洗う。
シャンプーを変えた時に、髪の毛の張りを感じましたが、しばらく使うと効果が減ってきたような感じです。シャンプーを元に戻すと抜け毛がひどくなると嫌だなと思って継続して使っています。
特にありません

## 2.8 AGA治療の体験談

「AGA治療に関する体験談」について自由回答形式でアンケートを実施しました。

治療を受けた方の感想や変化、継続における課題など、実体験を中心に意見を収集しました。

DMMのオンラインクリニックを利用してみたが、月額2000円程度と初めは安いと思ったが、あまり効果を実感出来ず段々と高いと感じて結局3ヶ月程度でやめてしまった。
30代前半くらいに、家族から頭頂部の薄毛を指摘された。その際には一気に老いが来たと不安になった。それからネットで調べるうちにこういったサービスなら自分向けでよいと思って使用した。医師の案内が丁寧だし、同性の親しめる人間性を持った人だったことで相談もしやすかった。安心感がある内容でした。診断後に薬で状態改善を見ていくと、4ヶ月くらいしたときにしっかりと毛が濃くなってきたと実感出来ました。オンラインでリーズナブルに始められることでよかったと言えます。
AGAは進行性の脱毛症であるため、気付いたら早い段階から治療を始めることが大切です。 医師との相談:治療法はAGAの進行具合やどこまで改善したいかによって異なります。医師と相談して、自分に合った治療法を選択しましょう、特に身近なクリニックから来院して相談することをおすすめします
育毛剤や発毛剤の効果に対しては懐疑的であったため、比較的手ごろに入手できるスカルプシャンプーで対策してみました。こちらも効果は実感できていません。
まだ治療は受けておりません。
育毛、発毛剤の広告をよく見るようになって気にし始めました。
維持ができて良かった
何度かAGA治療について調べてはいるが、コストや時間の関係で断念。今となってはもう必要ないと考えてしまっている。
出産後、かなりの抜け毛で毎日悩んでいました。AGA治療も調べてみたり、話を聞いたりしたのですが、授乳中でもあり難しく他にいい方法はないか探しています。
体験したいと思い病院を調べたが勇気がなくて行っていません。
友達の勧めでオンライン診療をした。経済的には負担だが効果は実感できるので良い。
オンライン診療なら気軽に手間なく受けられると思い試しましたが、処方されたフィナステリドが合わなかったようで飲むたびピシッと気持ち悪い頭痛がして、程なくやめてしまいました。
したことが無いのでわからないが、解決できるならと思っている
飲み薬が主体であり効果が無いように思えた。
抜け毛が目立ってきたので、治療を受けることを決断しました。近年取り入れられているオンラインの診察に興味を持ち、受診しました。私が納得の出来る親切な対応とフォローをくださり、また困ったときに利用がしたいと思える内容だったと振り返ります。
最初は半信半疑でしたが、AGA治療で凄く抜け毛予防の効果を実感できました。
コスパが良く、周囲の口コミが良かった点が大きかったです。診療時間が短く、気軽に利用できる点が良かったです。
オンライン診療を利用して数ヶ月ほど治療を続けたことがあります。最初の1~2ヶ月は大きな変化はありませんでしたが、3ヶ月目あたりで産毛が増え、抜け毛の量も減りました。ただ、副作用やコスト面の負担を考えると、一度休止した時期もあります。通院の手間がないのは便利でしたが、継続が前提になるので、自分のペースと予算に合うかどうかの見極めが大切だと感じました。
幸い、育毛剤で軽減できているので、AGA治療は受診しておりません。
自己流の対策ではなかなか思うような効果が出なかったので、オンライン診療をすることにしました。

薬を服用して初期脱毛が酷かった
AGA治療はしていない
抜け毛が増えたのは30代前半のころで、シャンプーのたびに排水口が詰まるほど抜けるのが怖くなり、思い切ってオンラインでAGA治療を始めました。最初は副作用が心配でしたが、医師に相談しながらフィナステリドを少量からスタート。1~2か月は抜け毛が増えたように感じて焦りましたが、それは「初期脱毛」だと説明を受けて安心しました。半年ほどで髪の毛のボリュームが戻り、周囲からも「髪が増えた？」と言われるように。費用は月1万円ほどかかりますが、鏡を見るのが嫌でなくなったことを考えると満足しています。唯一の後悔は、もっと早く始めればよかったということです。今は生活習慣の見直しも意識しながら、無理のないペースで続けています。
AGA治療は受けたことがありません。仕事のストレスが溜まっていた時期に抜け毛がひどくなりました。皮膚科では円形脱毛症ではないと言われ、ストレス性のものだろうとの診断でした。生活習慣を見直しリラックスする時間を大切にするようになってから、少しずつ抜け毛の量が落ち着いてきたように思います。
抜け毛の量が半端ないと思ったのと頭頂部が薄いと友人に指摘されたことでAGA治療を受けようと思いました。ただし、AGA治療薬には思ったよりも副作用が強いという口コミを見て不安もありました。ところがAGA治療をオンライン診療で受けたところ担当医師が丁寧に副作用に関する説明をしてくれて、万が一副作用が出た場合の対処方法も説明してくれました。そうしたこともあって安心感が生まれてAGA治療を受けられました。抜け毛の量が減った実感が湧いたのは、AGA治療薬を服用してから3か月程度でした。それから発毛効果の実感が湧くまでさらに3か月ほどかかりました。
AGA治療までの本格的な治療経験はありません。
さすがに35歳を超えると前が薄くなってきて、1万円もしないというのでやってみたら、月額の高額な薬代が高いし。効果があるのか実感できなかったので、やめた。
ものすごい抜け毛に悩んでいた時期にAGAクリニックに半年通っていました。内服薬の長期飲用に抵抗があったので、外用薬とサプリの服用をしました。多少の効果があったと実感しましたが、何より費用が高くて継続をやめました。
AGA治療の受診を試してみようかと思ったが、費用がかかることを知り、断念した。
受診したいと思うのだけどAGA治療で会社を休むのは難しいと思うし、休む理由でAGA治療だと申請するのも恥ずかしいので治療を受けられないです。
個人輸入代行でAGA薬を取り寄せて継続して飲んでいました。
頭を引っ掻いたらかさぶたが出来てかゆくてまたかいたら、かさぶたと、ごっそり白くはげて抜けてしまった事があり、病院に行ったらAGAか検査をされると言われ顕微鏡でドクターが見ていた。結果はAGAでは無くシャンプーを変えた事によりシャンプーが合わなかった様で、頭皮のかゆみのトラブルになり頭皮湿疹であった。
AGA治療の検討をしていた。ネットで調べていたが、仕事が忙しくなりそれっきりで断念した。
AGA治療に関しては気にはなっているが、体験したことはまだないです。
男性ホルモンの抑制と言われて、性欲が減退した感覚がある。プラシーボなのかは分からないが、いろいろな意味で元気がないような気がする
薄毛だったが、少しずつ毛に元気がでてきた。
受診（相談）はしてみたいと思っています
初診料なし、薬代のみといったクリニックに行っただけですが、そこでもらった薬を2ヶ月続けても特に効果が感じられませんでした。もっと長く続ければ少しは出てくるのかも知れませんが、診察も気持ち程度で、薬を買っているだけのような気もして行かなくなりました。本格的に治療をするなら、そういったところは避けてきちんとした所で見てもらう方がいいと思います。
40代に入り、頭頂部がかなり薄くなってきたため皮膚科を受診しました。AGAと診断され、フィナステリドの処方を開始。劇的に増えるわけではありませんが、抜け毛の進行を食い止められている実感があります。現状維持が目的です。幸い副作用も全くなく、数ヶ月に一度通院するだけなので手間もありません。

20代ではあるものの、年齢と富に髪の毛が細く弱くなっている気がして始めた。主に、外用薬を使用している。また、私生活の見直しも同時におこなっている。

オンラインでの診療も可能で、利便性が高いと感じました。薬も郵送で届いて、3ヶ月半ほどで効果を実感できました。

治療はしたことがありませんが、ウィッグのお店で相談しました。

クリニックなどでのAGA治療の経験はありません

オンライン治療 薬も試したが、あまり効果を感じなかった。

治療してない

受診を考えたのは近所にある皮膚科がAGA治療を扱い始め、治療の実績に関する評価がgoogleで記載されていたからです。当初副作用があるのでは？という悩みがありましたが、副作用が出た場合の対処法やその後の治療についての説明があったので治療を進めましたが、後続のコストの問題であえなく治療を断念したのです。

しっかり効果出るか不安の中やってみたが何も変化なかった

シャンプーを変えたり、食べものを気を付けたりしましたが、毛量の変化を感じなかったので、AGA治療を受けることにしました。対面のクリニックで長時間にわたる診察とカウンセリングを受けましたが、費用面が予算を超えていたのでオンラインのクリニックで治療することとしました。オンラインクリニックは対面のクリニックに比べて半分以下のコストで済んだため、継続的に治療するうえでとても助かっています。

非常に対応が親切丁寧でとても良かったです。

AGA治療を受けるまでではないと感じている

病院に行って毛髪の遺伝子検査を受けて治療を始めました。

思い切って受診しようと思った。最初は初めてなので緊張したが思ったより良かった。

AGA治療を体験したことがありません。

AGA治療を受けたことがない

HARG療法をしていました。期間は2年程度治療回数は10回です。費用が高く注射の痛みもありますが一定の効果はありました。完璧に満足できる状態にはならないもののかかなりマシになった感じです。転居を機にやめましたが6年たってもHARG療法を始める前の状態には戻っていないと思います。

二十代後半から薄くなってきてやばいと思ったのが受診にきっかけで、自宅の近くのクリニックに行った。当時のAGA治療薬の内服薬のプロペシアで治療することになった。1月9000円くらいで痛かったが続けたが1週間ほどで性欲減退の副作用が出たので医師に相談して治療中止することになった。それ以来治療はしていない。

薄毛に悩んでいたが受信して改善された

AGA治療はオンラインクリニックを利用しています。パソコンから診察を受けて、効果的な医薬品を処方してもらえました。最初は塗り薬のミノキシジルだけに限定してもらっていたのですが、後から追加でフィナステリドも処方してもらい、後頭部ですが大体3か月程度から効果が表れ、半年後には悩みが解消できるレベルに至っています。

副作用の不安はありましたが、長期的に続ければ効果が期待できると実感しました。育毛剤などよりコスト面も安く、薬の服用さえ忘れなければ続けられるのは助かります。

シャンプーや市販薬、SNS等の物は色々試したが、どれも効果を実感できるようなものではなく、AGAクリニックは効果はあるが、費用が高い、SNSでのものは1回使ってみたいと思っても高い、近くの皮膚科も高い、最近では1回から買えるネット受診もあるが、信用性にかけるので心配、心配することでまた抜けるの繰り返しです。迷うならAGAクリニックを受診することをお勧めします。市販薬でお金を使うより絶対良いです。

体験したことがない。

高額のため経験なし。

初期脱毛に怯えたが、三ヶ月後に手応えあり。抜け毛が減り、自己認識としても改善を感じました。続けて本当に良かったと実感しました。

AGAという言葉は良く聞かせていただきますが、治療の経験などはございません。経済的に余裕がないため、頭皮に関する悩

みに回すお金はないです。

30代に入ってから、鏡を見るたびに生え際の後退が気になるようになりました。でも正直、「行くのが恥ずかしい」という気持ち。それでも勇気を出して、口コミの良いクリニックに予約を入れました。行ってみると、意外にも清潔で明るい雰囲気。受付の女性も慣れた感じで、特に気まずい空気もなくスムーズに案内されました。

問診票には、「薄毛が気になり始めた時期」「家族に薄毛の人がいるか」「生活習慣」「喫煙・飲酒」などを記入します。その後、医師とのカウンセリングへ。

#### ■ 医師の説明

医師からは、AGAの仕組みについて丁寧に説明がありました。

要は「男性ホルモン（DHT）」が毛根に悪影響を与えて、徐々に髪が細くなるとのこと。

治療法としては大きく以下の2つを提示されました：

内服薬（フィナステリド／デュタステリド）：進行を止める

ミノキシジル（内服または外用）：発毛を促す

副作用や費用もきちんと説明してくれたので、不安はかなり軽減しました。

最終的に、フィナステリド＋ミノキシジル外用の併用でスタート。

#### ■ 治療スタート

初回は1か月分の薬をもらい、1万円弱。

高いような、でも薄毛を止められるなら安いような...複雑な気持ちでした。

帰り道、「やっと一歩踏み出したな」とホッとした反面、

「本当に効くのかな？」という半信半疑な気持ちもありました。

#### ■ 数か月後の実感

3か月ほど続けると、抜け毛が明らかに減りました。

半年を過ぎるころには、前髪にコシが戻ってきた感じ。

鏡を見るのが少し楽しくなって、気分的にも明るくなったのを覚えています。

#### ■ 辞めた理由

1か月ほどでAGA治療の代金が高いと感じ始めた。

ジム通いでストレスが軽減されたのももしかしたらと思い、薬の服用を中止して2、3か月ほど経過。

抜け毛の量に変化が無かったためこのまま薬の服用はやめようと考えている。

AGA治療と運動・睡眠改善色々な対策を講じて最終的に薬の服用は無くても大丈夫なことが確認できた。

集中してどんな対策をすればよいかがあったのでAGA治療は良いきっかけとなった。

病院の受診経験はありません。

AGA治療をしていません。

オンラインクリニックで抜け毛に関する診察を受け、薬を処方されたのですが、薬の副作用について説明をしっかりと受けていなかったのも、とても不安材料がある中、薬を飲むことにしました。結果、副作用はなかったのですが、きちんと診療のときに薬の副作用については説明を受けるべきだと思いました。

抜け毛が酷いので育毛剤を試したが、殆ど変わらずAGA治療をしようか検討しようと思っています。

30代に入ってから抜け毛が増えて髪の毛のボリュームが減っていることに強い不安を感じ、オンライン診療でAGA治療を受けることに決めました。初診では症状や生活習慣のヒアリングを受け、必要に応じて内服薬と外用薬を処方してもらいました。

治療開始から1か月ほどで抜け毛の量が少し減ったのを実感し、3か月後には髪の毛のコシやハリも感じられるようになりました。副作用として最初の1か月は軽い頭皮のかゆみや動悸のような感覚がありましたが、医師に相談したところすぐに対応してもらえ安心して良かったです。

費用は月に約7,000円程度だったのでそこまで負担ではなく、外出せずにオンラインで診療と薬の受け取りができるのも大きなメリットに感じて続けることができました。始める前は本当に効果があるのか不安でしたが、今は継続して良かったと思っています。

AGA治療に興味を持ち、とある有名クリニックの無料カウンセリングを受けてみた。自分の症状に合った治療法を幾つか提案して貰ったが、月々の費用が想像以上に高く、断念せざるを得なかった。

受診を考えているところ。
費用についてや、恥ずかしさから経験したことがありません。
AGA治療を始めようと思ったのは、20代後半から抜け毛が気になり始め、友人からも薄毛を指摘されることが増えたためです。最初は薬を使うことに不安もありましたが、医師と相談した結果、効果を期待して治療を決断しました。治療を始めた初期は、副作用として軽い頭痛を感じましたが、次第に慣れました。治療を始めて数ヶ月後、抜け毛が減少し、髪の毛のコシが戻ったのを感じました。治療を続けて良かったと感じていますが、コストが高い点は少し気になります。
AGAの治療は受けていません、検討はしていますが費用面でなかなか利用には至っていません。
高額ですし絶対効果があるかわからないので治療したことはありません
友人から指摘されたのがショックで、すぐに専門クリニックの無料相談に行きました。M字部分の進行が進んでいると診断され、その日のうちに治療を開始。初期脱毛で一時的に抜け毛が増えましたが、それを乗り越えると明らかに髪質が太く、濃くなりました。満足度は非常に高いですが、治療を止めると元に戻ると言われているので経済的な負担は今後も続きます。見た目の印象が大きく変わるので後悔はありません。
オンラインクリニックは便利だなと思いました。病院に通うのに恥ずかしさがあったり、仕事をしているとなかなか時間が作れない場合、ある程度気軽な気持ちでチャレンジすることができる。薬の種類も選ぶことができるので、そこまで1ヵ月あたりの費用が高くなることもない。ただ唯一の難点は、薬を止めるのが難しくなることです。一生飲み続ければ増えたままを維持できるのかもしれないが、仮にやめるとすれば、また元に戻ってしまうのではないかという不安が常につきまとう。
髪の毛の分け目の地肌が広がってきていること、シャンプーの時の抜け毛すごいと感じたことから、受診した。持病の影響もあるかもしれないと言われ、脱毛症の薬を飲み始めました。すぐく生えたとは思わないが抜け毛は落ち着いてきたこともあり、安堵し内服を中止しました。その後、半年くらいしてまた抜け毛がひどくなってきており、現在は内服再開しています。
カウンセリングやお薬の処方まで自宅できるのはすごく便利で、内服薬を1日1錠服用するだけなので簡単に利用できました。抜け毛の予防効果だけでなく発毛効果もあったので、3か月くらいしてから実感できました。ただ治療をストップするとAGAはすぐに進行すると言われたので、1年以上根気強く治療を続けています。
AGA治療は行ったことがありません
友達に髪が薄くなった事を指摘されたのがきっかけで、最初こそ不安でしたが効果はあったのでやってよかったと思っています
DMMオンラインクリニックでミノキシジルとフィナステリドを服用してもらっていますが、頭頂部の透け感がなくなって今のところは満足しています。
治療を迷っている間にも抜け毛は進行する。副作用や費用の高さを心配することもあるが、治療をしないと取り返しのつかないことになる。早期に治療をすれば進行を食い止められるしその後の対策も立てやすい。まずはフィナステリドだけで治療を開始したがそれだけでも抜け毛は減ったし、本来育つはずの髪が抜けなくてしっかり育っている
AGA治療を始めたいきっかけは、身内に薄毛を指摘されたから。ネットで検索して、自分はAGAかもと思いクリニックへ。はじめは半信半疑で不安しかなかったが、フィナステリドとミノキシジル内服薬を服用して2~3カ月で髪が増えてきた。
オンライン診療を受け、人の目を気にせず治療に専念できた。
以前、爪の水虫で悩んでいたころ、塗り薬では全く効果がなかったのですが、内服薬を処方してもらったところ短期間で完治したため、頭髪に関しても内服薬に期待したいと考えておりAGA治療を受けようと思いました。
自分で日頃からケアをするにも限界を感じ、モチベーション維持も難しかったのがきっかけでAGA治療を始めました。AGA治療という言葉もネットなど日頃からよく目にするようになったので、治療を開始する事に不安は全く感じなかったですし、ネットで口コミも様々にありクリニック選びもスムーズに行えたので、尚更安心して治療を行えました。
フィナステリドを服用しています。服用から2か月ぐらいは初期脱毛が酷かったものの、それを乗り越えたら抜け毛が激減しました。おかげで現状維持は出来ていて、助かっています。
副作用が不安でAGA治療をなかなか始められなかったのですが、まずは試してみないとわからないと思って、カウンセリングから頼みました。そのときに丁寧な対応をもらったおかげで、本格的に治療をしてもらおうという気持ちになれました。結果として、薄毛がちゃんと改善されて、自分に自信が持てるようになったので、治療を始めて良かったなと思いました。

通院先の皮膚科でAGA 治療ができますが、費用や手間を考え躊躇しています。

前髪の生え際から剥げていき、このままではマズイと思い受診をして投薬と食生活改善を行った。

受診しようと調べたことはあるけれど、まだ行けていない。

会社の同年代の同僚の体験を聞いて、ある皮膚科クリニックに行きました。内服薬を処方されましたが、仕事が多忙のため継続通院ができず断念しました。内服薬の効果があったかどうかは不明です。

体験したことはありません。

最初の3ヶ月は不安でしたが、根気強く続けて本当に良かった。女性でもAGA治療で結果が出るんだと実感しました。

年齢と共に髪の毛の量が減ってきた事がきになりAGA治療をしようと思います。最初は、あんまり実感がなかったですが継続する内に効果が現れてきました。

AGA治療はまだ体験したことはありません。

もう少し頭のとっぺんが薄くなったら検討します。

それまではお金をかけず家で出来る事をしたいです。

近所のクリニックなど検索しましたが、コストや通う時間など障壁が多く、通院するには至っていません。

AGA治療の本格的な体験はありません