有个骑友，姓刘，在银行工作。  
  
是个光头。  
  
县城，有一点很像农村，擅揭短。  
  
当面也好，背后也罢，都喊他绰号，他的绰号也五花八门，离不开光头，刘光头，光头刘，光头强，释永信……  
  
久而久之，他也接纳了。  
  
骑行时，队长总对着他喊：发型帅的先走。  
  
人家哪有什么发型？  
  
我对他还是蛮尊重的，当面基本都喊他刘行长，行长是尊称，在山东，只要您在银行工作，酒桌上，大家都会称您为行长。  
  
背后？  
  
我也喊他光头刘。  
  
我曾经采访过他，您多大开始脱发的？当时是什么心情？什么时候彻底接纳了光头？  
  
他说，31岁开始脱，脱的特别从，33就脱光了，这期间也是跑了不少地方治疗，去北京，去上海，偏方也抹了不少，没管用，那几年特别的自卑，出门总是戴帽子，谁一调侃光头还容易翻脸，到40岁左右，彻底接纳了，觉得没头发怎么了？谁爱说就说去。  
  
内心强大了。  
  
有次，他拿儿子的高三毕业照给我看，让我猜哪是他儿子？  
  
我一下就猜中了。  
  
他问，你怎么猜中的？  
  
我说，长的像你。  
  
其实，我是通过脱发猜中的，他儿子高三时发际线已经很高了，大概率三十岁左右也会开始秃。  
  
刘行长为什么敢留光头？  
  
因为，他官不够大。  
  
若是他级别足够高，形象足够重要，那么，他大概率会换个发型？  
  
什么发型？  
  
把一侧的头发留起来，哪怕只有一小撮也不要紧，留的老长老长，然后盘在头皮上，北方作家普遍是这个发型，如莫言、贾平凹……  
  
有次，莫言出海，海风不懂事，把盘好的发型给吹散了，很是尴尬。  
  
还成了抖音段子。  
  
有兴趣的，可以去抖音搜一下：莫言、出海。  
  
作家、高官，他们为什么不能接受光头？  
  
光头，成何体统？！  
  
有次，我去作家家里签书，恰好省电视台来找作家做节目，作家儿子谈到了父亲的一些囧事，其中就有当年四处求医治脱发被人骗的经历，作家为此专门提出，这段不能播。  
  
莫言，大概率也治过。  
  
后来，实在没办法了，只能坦然接受了，还写了这么一段自我调侃：我曾经在英国莎士比亚旧居前发誓要成为一个剧作家，那么，首先在头发上，在秃顶这方面向莎士比亚靠拢。  
  
这就如同徐峥的那句，我秃了，我强大了。  
  
自我调侃，自我安慰！  
  
其实，我也快了……  
  
2009年，我结婚，去做头发，理发师说我头发比较少，也就是常人的三分之一左右，我当时也没在意，毕竟照镜子也看不出啥来。  
  
我若是当时有今天的医学知识储备。  
  
大概率就不会秃到今天的地步。  
  
今天秃到什么地步了？  
  
稀疏，能看到头皮，好在我是自来卷，猛的看不出来，仔细看还是能看出来的。  
  
第一次略有焦虑是2013年，在珠峰大本营，我们躺石头上晒太阳，有队友坐我后面，他说，董老师，你快秃顶了。  
  
我问，真的吗？  
  
他说，应该用不了几年。  
  
我在意归在意，也没去具体的治疗，我觉得大概率是与我工作有关，起早贪黑，常年熬夜，都说程序员工作压力大，哪有我们写手压力大？  
  
你看报社的责编，上任前头发浓密，干两年，秃了。  
  
我真正开始重视脱发是2018年。  
  
我跟朋友一起去云南，服务区时，她突然问我：你头发咋快掉光了？  
  
我特意跑到洗手间的镜子前照了照。  
  
果然。  
  
那不行，我要注意形象了，我不介意自己成莫言的形象，弄一撮盘头上，主要是我太年轻了，不到40岁，人家莫言什么年纪了。  
  
不行，我要治。  
  
先是挽救式哄自己，去烫发，一蓬松，像个爆炸头，瞬间忘记自己快秃了，后来又想留长发，觉得自己这么多年从来没留过长发貌似是个遗憾，应该在濒临秃了之前潇洒一把，而且留长发可以朝后扎，看不出脱发的痕迹。  
  
我有计划留了。  
  
这期间，出版社要送我师姐去复旦大学当交流生，心理学专业的，跟随名家，出版社特意喊我也去，为什么要喊着我？我还是牵线人。  
  
名家还带了一个交流生，张德芬。  
  
张德芬的名言是那句：一切都是最好的安排。  
  
期间，我聊到了我的头发困扰，他们几个集体讽刺我，意思是懂懂你内心这么强大的人，竟然还有外表忧虑？你咋没担心你长的丑？  
  
他们觉得，我修行不到家，不够真。  
  
张德芬说了一句升级版的名言：上天给的，恰是我想要的。  
  
也就是说，是上天给了我一个秃然的惊喜。  
  
那我就收下吧！  
  
不过，还是决定治疗，于是我发了朋友圈，问如何治疗脱发？有没有明白人？  
  
徐州有个领导联系我。  
  
他在河北有个朋友，是老中医，专门治疗脱发的，效果非常好，他还特意提到，原本就想带着老中医到山东找我，希望我能帮老中医推广。  
  
我说，那很简单，把我治好，我不就是活广告吗？  
  
我们俩，直奔河北。  
  
老中医不老，四十多岁，略胖，还在油田上班，在当地有个小工作室，工作室里挂了不少锦旗，他治脱发的秘诀很简单，就是一块香皂，灰不溜秋的，说这个香皂是自己熬制的，药效非常大，不能直接打在头发上，而是先用手搓出泡泡再抹到头发上……  
  
一个生发疗程是300元。  
  
就是两块肥皂。  
  
来都来了，肯定买块试试。  
  
听老中医讲讲，威廉王子求助了那么多医院为什么没治好脱发？因为他没找对路，若是早选中医疗法？早就一头乌黑秀发了。  
  
反正，听老中医一忽悠，我都信了。  
  
用了几天，头皮瘙痒的厉害，头发也掉的厉害，原本基数就不大了，再这个掉发，不等一个疗程，我就成葛优了，停了。  
  
无巧不成书。  
  
前段时间，我媳妇看直播，给我买了两块肥皂，也是治疗脱发的，使用说明完全一样，肥皂颜色造型也一样，一问也是老中医买的，不过我媳妇买的便宜，2块才50块钱，我媳妇特意提醒我，不能直接打在头上，要先打在手上搓出泡泡。  
  
我心想，这家伙，最终还是走向了互联网。  
  
有用没？  
  
依我的医学常识来判断，基本是智商税。  
  
济南有个大千金，她信中医，老公也信中医，他们总喜欢全山东找寻名医，特别是藏在深山里的，找来找去，找到了蒙阴一位名医，说是北京都有人专程跑去看病，大千金要去蒙阴看病，那我去接驾吧。  
  
瞬间让给我看看秃头。  
  
老头年龄不小了，80岁是有。  
  
颤颤悠悠的。  
  
最后，轮我了，我说，大爷，你看我这头？  
  
他把手一摆：你这个，还不用着急，等你头发发亮时来找我，我给你治的乌黑乌黑的。  
  
他是那么的自信，那么的从容。  
  
在我的强烈要求下，还是给我开了方，黑芝麻、何首乌……  
  
我就当娱乐了，抓了药。  
  
黑芝麻与黑头发没有任何关系，中医就喜欢搞这些联想，例如穿山甲与下奶，也就是李时珍死的早，否则，今天谁家孩子学习不好，他肯定给开这么一个药方：电脑芯片兑黄酒煎服，一日三次。  
  
何首乌？  
  
我更不吃，这玩意对肝、肾的损伤不可逆。  
  
那成龙代言的霸王防脱洗发水也不靠谱？人家里面有人参，有何首乌。  
  
智商税！  
  
从蒙阴抓药回来的路上，我还发了条朋友圈：名医都在深山旮旯里。  
  
他们抓药，一抓就是四五百块钱的。  
  
为什么要抓这么多？  
  
跑了两个小时的路程，若是抓了20块钱的药，不觉得不值吗？  
  
必须抓的多了，才觉得不虚此行。  
  
大千金没念过高中，当兵、军校、转业。  
  
其老公呢？文科生。  
  
不难理解，他们是如此的迷信这些脏老头……  
  
我身边有个朋友，斑秃，属应急反应，同僚都进去了，他幸免，那也吓出一身冷汗，汗没出，头发掉了一大块，干脆剃了光头，天天戴帽子，没做任何治疗，没有一年，好了。  
  
还有一个朋友，情况类似，是被纪委约谈了，接着斑秃，他着急，他爱美，四处求医，后来找到了一家养发馆，花了9000块钱，治好了。  
  
通过观察他们俩，我得出的结论是，斑秃治或不治，只要情绪稳定了，生活规律了，会自愈。  
  
花了9000块钱的这个朋友，去的这家养发馆是做直销的，叫如新，结果，这个朋友觉得自己的颜值被如新给拯救了，后来成了如新的死忠粉，总喊我去听课，动不动就来那句：我那头皮你也看到了，当时多严重，要不是遇上了如新，我现在就是疤拉头。  
  
我也挺羡慕他们俩的，失而复得。  
  
我还遇到过两个失而复得的朋友。  
  
一个是球友，我认识他时，他头发稀疏，性格古怪，倘若你数错了比分他都会生闷气，阈值极低，你都不知道自己什么时候得罪了他。  
  
后来，他去国外工作了。  
  
一年后，我在球馆门口遇到了他，乌黑的头发，关键是茂密。  
  
他说自己球卡到期了。  
  
我有多余的球卡，送了他一张。  
  
我顺便采访了他一下，您这头发是怎么保养的？  
  
他说，我之前头发少是因为打了化疗。  
  
懂了！  
  
另外一个失而复得的朋友是女的，她是报社领导，就是当年把我写的安全驾驶连载到报纸上的那位，她工作压力大，也很秃然，她平时上班都需要戴假发，在家也要戴，说不希望孩子看到自己真实的样子。  
  
男人脱发，多是雄脱。  
  
女性脱发，可能真是单纯的压力大或身体健康有问题。  
  
她后来，头发突然茂密了，拍了照片、视频给我，她认为我的脱发问题根本不是问题，若是相信她？一年就可以让我茂密如初。  
  
她说了一句话，触动了我：头发是你身体状况的表现窗口，掉头发的根本是你身体出了问题。  
  
当然，我被说服了。  
  
她是怎么治好的？  
  
美乐家。  
  
因此，她成了美乐家的粉丝，乃至把工作都辞了，出于对她当年的感激之情，她让我开户我也开了，让我买东西我也买了，后来实在坚持不了每个月消费，她才作罢，跟我说，一切都不着急，意思是她已经发现明路了，只等我自己慢慢开悟，说会等我上路的，哪怕80岁才开始这份事业也不晚。  
  
这期间，在朋友的推荐下，我还去过生发馆。  
  
每天一上药，上了药还要按摩。  
  
一按摩不要紧，头发一把一把的掉，眼看要秃了，每一根都尤显珍贵，哪能这么铺张浪费？  
  
不行！  
  
我要找专家……  
  
我又发了朋友圈。  
  
北京读者联系我，说她是皮肤科的，若是相信她可以挂她的号，若是不相信她，她可以帮着挂她老师的号，比较贵而已。  
  
挂老师的吧。  
  
我去的那天，正好下大暴雨。  
  
人很少。  
  
我靠，老师也是莫言发型。  
  
你这……  
  
当然，我也理解，Youtube上最权威的“生发”专家，也是个秃头，每个视频开头他都先解释一下自己是家族性遗传秃头，植发也没用，因为毛囊坏死不可逆。  
  
我问，我这属于什么类型脱发？  
  
他说，雄脱。  
  
我问，雄脱的比例有多少？  
  
他说，每五个男人里就有一个，白人是每两个里就有一个。  
  
我问，雄脱是否可治疗？  
  
他说，可止损，不可逆转，就是能尽量保住你现有的头发，若是说试图长出新头发？可能性极低。  
  
我问，止损一般采取什么药物？  
  
他说，口服非那雄胺和外用米诺地尔酊。  
  
我问，非那雄胺的原理是什么？  
  
他说，抑制睾酮变为二氢睾酮，二氢睾酮是雄脱的罪魁祸首。  
  
我问，会不会影响性功能？  
  
他说，不会，它只是抑制睾酮转化不是抑制睾酮生成，长期服用没有任何问题，但是有人的确会有副作用，例如性欲低下、射精量减少，发生副作用的概率很低，千分之一二。  
  
我问，备孕期可以服用吗？  
  
他说，国内是一胎制，只要涉及到生育安全的，都是慎之又慎，虽然大量的临床试验证明其对生育安全没有任何影响，但是国内医生一般会建议备孕前一个月停药。  
  
我问，若是我25岁开始服药，一直服到今天，会有什么结果？  
  
他说，会比今天浓密。  
  
我问，有没有终生服药的？  
  
他说，理论上，防脱发就是终身计划。  
  
我问，有脱发基因的人，是不是秃是必然？  
  
他说，是必然，哪怕你营养均衡，早睡早起，该秃的依然会秃，哪怕你也天天服药，也白搭，充其量是晚秃两年。  
  
我问，为什么看脱发要挂皮肤科？  
  
他说，因为毛发属于皮肤范畴，皮肤是人体最大的器官。  
  
我问，纵欲过度是不是脱发的诱因？  
  
他说，不是，纵欲又不会产生二氢睾酮。  
  
我问，我这个情况，该怎么弄？  
  
他说，通过药物干预，先止损，然后您要问自己，能否接受现在稀疏、蓬松的发型？若是能，就继续保持服药，若是不能？则可以采取植发的方式。  
  
我问，植发算不算一劳永逸？  
  
他说，植发后也要长期服药，否则前面植了后面照样秃了，男性脱发是一个不可逆的蜕变过程，一旦开启就很难停止。  
  
我问，明星一般怎么保养头发？  
  
他说，家族性的，一般选择直接光头，稀疏型的，类似你这种的，一般会采取加密植发，增加头发的密度，例如韩国总统李明博，他就是类似的加密植发。  
  
我问，马斯克是不是也植发了？  
  
他说，马斯克是做了两次植发手术，用的传统的FUT植发术，就是从后脑袋上取一块梭型的毛囊区，然后直接进行切割再缝合，从马斯克的照片里能清晰看到他的缝合口。现在有更先进的植发手术叫FUE，取毛囊不需要开刀了，直接使用专用的取发器把毛囊单个提取，创口小，愈合快。  
  
我问，那马斯克为什么不用FUE？  
  
他说，FUE是这两年才流行开的，马斯克植发是在十年前，另外FUT比FUE有个好处，一次移植毛发量相对较多，成活率高。  
  
好了，说疗效。  
  
我没有口服非那雄胺，只是外用了米诺地尔酊，淘宝买的，效果如何呢？  
  
先是经历了狂脱期。  
  
然后进入了生发期。  
  
有一点变化最为明显，头发黑了，硬了，密了。  
  
副作用也很明显。  
  
身上的毛都黑了都硬了，连胸上都长满了毛，米诺地尔酊的副作用之一就是多毛症。  
  
效果还是不错的。  
  
我现在总结一下就是，应该在2009年就去北京看医生，然后开始药物干预，大概率我今天也不会有秃然的焦虑。  
  
我这个好在什么地方呢？  
  
我没有家族秃史。  
  
若是有家族秃史，我做什么抗争都是徒劳的。  
  
那如何看待民间的生发偏方呢？  
  
例如生姜、何首乌。  
  
基本没效果。  
  
过两年，若是继续脱，我可能会选择植发，也可能那时的我，修行足够好了，已经很坦然的面对这一切了，爱秃就秃吧。  
  
所以，我的建议是什么？  
  
您若是刚开始脱发，抓紧去医院，诊断原因，然后对症下药，该长期服用的长期服用，保住您一头乌黑的秀发，若是莫言年轻时遇到了防脱专家，真的不至于选这个发型。  
  
若是您已经脱发严重，可以考虑植发。  
  
若是您有家族脱发史，那……  
  
只能坦然接受吧！  
  
医学的局限性之一，就是，无能为力！