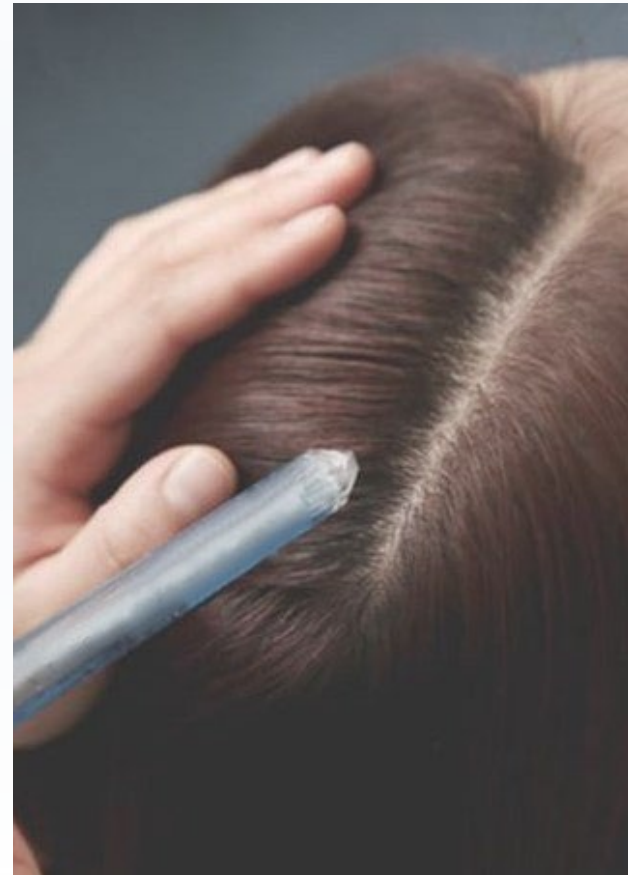


두피모발지도자

[2024-003169] 주무부처 : 보건복지부

◆ 급수별 상세내용

- 급수별 검정기준
- 준비물
- 2급
- 1급
- 기술강사 (Master)





두피모발지도자

◆ 급수별 검정기준

Step 1

2급

➤ 필기 시험 (60분)

- 객관식 (총 50문제)
- 60점 이상 취득 시 합격

➤ 실습형 실기 시험 (60분)

- 테크닉 순서에 따른 실습형
- 70점 이상 취득 시 합격

Step 2

1급

➤ 서술형 실기 시험 (100분)

- 제시된 문제형 두피 (진단~홈케어, 총 5문제)
- 70점 이상 취득 시 합격

Step 3

기술강사

➤ 서술형 실기 시험 (100분)

- 탈모형 두피 (진단~홈케어, 총 5문제)
- 70점 이상 취득 시 합격

- 이론 시험

2. 圖 10-10 示一電路，求電壓 V_1 及 V_2 。

[illegible][illegible]

1. 조교가 되고 싶은 학생은 10월 15일까지
 2. 조교가 되고 싶은 학생은 10월 15일까지
 3. 조교가 되고 싶은 학생은 10월 15일까지
 4. 조교가 되고 싶은 학생은 10월 15일까지
 5. 조교가 되고 싶은 학생은 10월 15일까지
 6. 조교가 되고 싶은 학생은 10월 15일까지
 7. 조교가 되고 싶은 학생은 10월 15일까지
 8. 조교가 되고 싶은 학생은 10월 15일까지
 9. 조교가 되고 싶은 학생은 10월 15일까지
 10. 조교가 되고 싶은 학생은 10월 15일까지

[illegible][illegible][illegible][illegible]

198. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 199. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 200. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 201. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 202. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 203. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 204. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 205. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 206. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 207. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 208. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 209. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호
 210. 한국 근대 문예사조 운동의 중심에 있던 시인은 누구인가?
 1. 김소월 2. 윤이상 3. 박경리 4. 최정호

◆ 2급 실기 준비물



준비물: 응시표, 신분증, 필기도구

관리제품일체(스켈링제, 앰플, 샴푸, 트리트먼트), U형 브러시, 드라이, 흰색타올(3장), 스파출라, 탈지면, 소독볼, 유리관(3개), 분무기, 거치대, 핀셋, 스틱, 쿠션 등

용모단정 점검: 액세서리 미착용 및 두발과 복장 단정 점검

두피모발지도자

◆ 2급 실기시험 테크닉 순서

준비물 및 복장점검	준비 시간	하얀색 가운, 작업대 정리
고객카드 작성	10분	고객카드 작성
우드 스틱 만들기	5분	우드 스틱, 탈지면, 물
브러싱 기술	5분	나무 브러쉬
스켈링 기술	5분	우드 스틱 2개, 핀셋
마사지 테크닉	15분	핸드 마사지
샴푸 시술	10분	샴푸, 트리트 먼트, 수건, 드라이
트리트먼트 시술		
앰플 분사	10분	우드 스틱2개, 앰플, 핀셋
마무리 작업		모발정리, 작업장주변 정리

두피모발지도자

1. 고객카드 작성 (10분)

질문지

문항	YES	NO
1. 두피가 자주 가렵다.		
2. 두피에 비듬이 생긴다.		
3. 머리카락에 윤기가 없다.		
4. 머리카락이 점점 가늘어 진다.		
5. 머리카락이 끈적거리고 기름이 자주 낀다.		
6. 머리를 감을 때 눈에 띄게 머리카락이 많이 빠진다.		
7. 자고 나면 베개에 머리카락이 많이 빠진다.		
8. 자고 나면 베개에 머리카락이 많이 빠져있다.		
9. 정수리 부분이 열이나고 만지면 아프다.		
10. 주 2회 이하로 머리를 감는다.		
11. 지성, 건성, 중성용 샴푸를 본인 두피 타입에 맞게 사용하지 않는다.		
12. 매일 헤어 제품(왁스, 스프레이, 젤 등)을 사용한다.		
13. 거의 매일 드라이로 말리거나 손질을 한다.		
14. 월 1회 이상 염색이나 펌을 한다.		
15. 머리를 거의 같은 방향으로 묶고 다닌다.		
16. 하루에 100개 이상의 모발이 빠진다.		
17. 비듬이 심한 증상이 6개월 이상 지속한다.		
18. 머리카락을 제외한 몸의 털이 갑자기 길고 굵어진다.		
19. 육안으로 보면 두피가 흰색 보인다.		
20. 저녁에 머리를 감고 말리지 않고 잔다.		
21. 평소엔 염색이나 파마를 자주 한다.		
22. 염색이나 파마를 한달에 한번 한다.		
23. 풍성했던 모발이 갑자기 빠지기 시작했다.		
24. 모발이 빠지기 시작한 시기가 6개월 이내이다.		
25. 모발이 빠지기 시작한 시기가 1년이 넘었다.		
26. 최근 6개월간 다이어트를 한 적이 있다.		
27. 다이어트를 주기적으로 하고 있다.		
28. 탈모 가족력이 있다.		
29. 최근 몸무게가 갑자기 늘거나 줄어 들었다.		
30. 지난 6개월간 약물을 복용 한 적이 있다.		
31. 지난 1년간 심한 스트레스를 받은 적이 있다.		
32. 지난 6개월간 간 수술 또는 전신 마취 투여 경력이 있다.		
33. 최근 출산 경력이 있다.		

두피·고객관리 시술카드

방문일자: 년 월 일(요일)					
성명		생년월일		상담자	
성별	남·여	H·P		결혼	유·무
주소				직업	

생활 패턴 진단

샴푸 횟수	(사용 제품)	모발 건조 습관(드라이)	
운동 횟수		생활 습관	술/흡연/다이어트
피임약 복용 여부		식생활	
알러지		임신/출산	
혈압		기타	

두피 및 모발의 진단

두피 유형		모발 유형	
☐ 정상 ☐ 건성 ☐ 지성 ☐ 민감성 ☐ 복합성(예민성) ☐ 지루성		☐ 정상모 ☐ 건성모 ☐ 지모 ☐ 가는모 ☐ 확산성(에민성) ☐ 지루성	
비듬	☐ 부분 ☐ 전체 ☐ ()	길이	☐ 롱 ☐ 미디움 ☐ 숏
두피상태	☐ 붉은반점(전체,부분) ☐ 염증 ☐ 가려움 ☐ 민감성 ☐ 각질	모발탄력도	☐ 상 ☐ 중상 ☐ 중 ☐ 중하 ☐ 하
모공상태	☐ 막힘 ☐ 보통 ☐ 열림 ☐ 기타()	내부손상	☐ 깊어짐 ☐ 늘어남
모발밀도	☐ 정상 ☐ 보통 ☐ 낮다 ☐ 기타()	모발굴갈라짐	☐ 있다 ☐ 없다
기타		펌, 염색 횟수	

탈모 진단

탈모상태	☐ 영구적 ☐ 일시적 ☐ 부분적 ☐ 초기 ☐ 진행중 ☐ 기타()	탈모유형	
탈모 시작시기		탈모 치료경력	☐ 약물치료 ☐ 비약물 치료 ☐ 두피 관리 ☐ 기타()

가족 중에 당신과 유사한 탈모 형태를 가지고 있는 사람이 있습니까?

☐부계 ☐모계 ☐형제, 자매 ☐자녀

탈모가 진행 중인 위치를 체크하십시오.

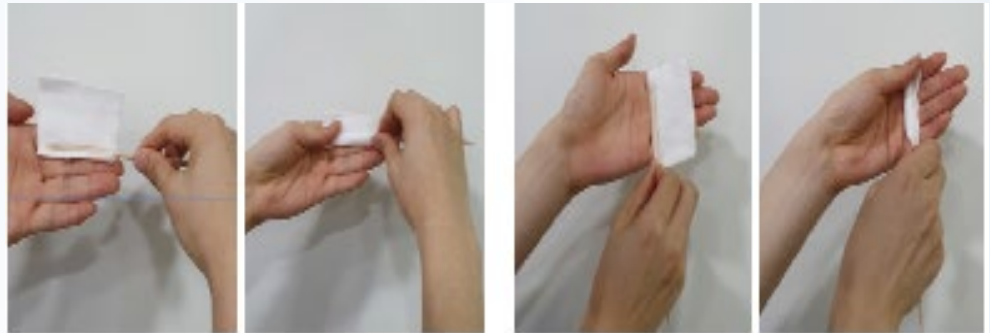


진단 결과 및 특이사항

2. 우드스틱 코튼 말기 (5분)

목적: 스켈링과 영양 도포 시 위생적으로 사용하기 위함

방법: 코튼을 적당한 크기로 잘라서 스틱에 말아준다.



3. 브러싱 기술 (5분)

목적: 올바른 브러싱을 통하여 두피의 혈액순환을 돕고, 시술 전 고객의 두피 및 머리카락의 정돈을 위함이다.

방법: 고객이 불편하지 않도록 나무브러쉬를 이용하여 머리카락의 결을 따라 자연스럽게 빗질하고, 백회방향(정수리)으로 올바른 빗질을 하여 두피 및 모근을 자극하여 혈액순환을 개선시키는 자세를 살펴본다.

채점항목: 백회방향으로 (나무브러쉬 사용)



4. 스켈링 기술 (5분)

목적: 두피의 오래된 각질제거를 통해 두피에 영양을 공급하기 위함이다.

방법: 5등분으로 섹션을 나누고, 퍼프로 감은 스틱에 스켈링제를 적셔 1cm간격으로 고르게 두피전체에 도포를 한다.

채점항목: 섹션뜨기 및 방향과 숙련도



5. 마사지 테크닉 (15분)

목적: 고객의 안정 및 스트레스 해소 그리고 혈액 순환을 돕고 두피 영양 공급을 더욱 효과적으로 하기 위함이다.

방법: 승모근부터 시작하여 두피전체의 매뉴얼 테크닉을 통하여 수험자의 능숙한 매뉴얼 테크

채점항목: 정확한 경혈점 매뉴얼테크닉의 연결성, 자세닉을 채점한다.

1) 스트레칭

- 목 좌우 스트레칭



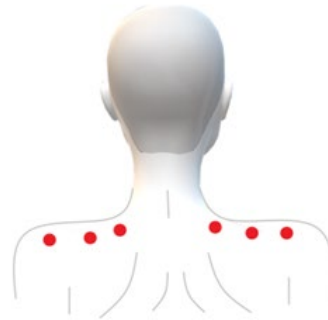
- 앞뒤로 스트레칭



5. 마사지 테크닉 (15분)

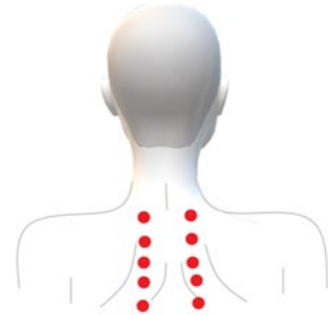
2) 승모근을 풀어준다.

- ✓ 대추-견봉까지 3등분 나누어 왕복2회
- ✓ 견정,견료,견우,천종,병풍,견외유,견중유까지



3) 기립근을 풀어준다.

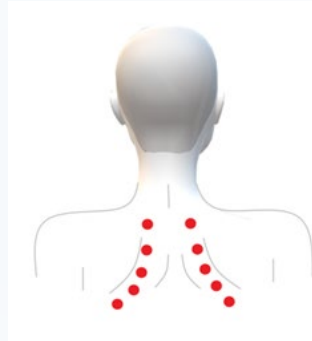
- ✓ 흉추(극돌기 양모지압)
- ✓ 흉추(행돌기) 견봉보조 행돌기 압
- ✓ 위 - 아래 한쪽씩 압(라자끈까지)



5. 마사지 테크닉 (15분)

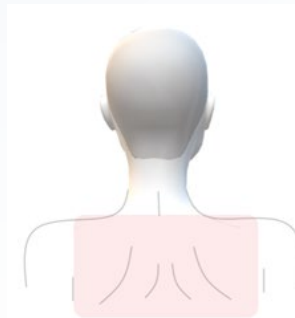
4) 견갑골 사이의 압점을 눌러준다.

- ✓ 삼지사지, 수근부 이용 견갑골 라인 따라
- ✓ 아래-위로 2회



5) 등근육을 두드려준다.

- ✓ 승모근, 견정 마주 겹친채



5. 마사지 테크닉 (15분)

6) 두피 마사지 테크닉

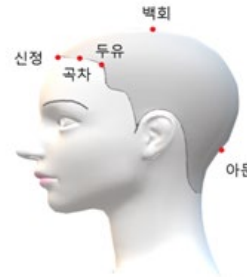
(1) 후두부를 눌러준다.

- ✓ 아문 → 천주 → 풍지 → 예풍 → 각손
- ✓ 엄지손가락으로 굴려주다가 지그시 눌러준 후 아문에서 백회까지 같은 방법으로 진행한다.



(2) 전두부를 눌러준다.

- ✓ 헤어라인의 신정 → 백회, 곡차 → 백회, 두유 → 백회, 백회 → 아문
- ✓ 가운데 손가락을 사용하여 지그시 눌러주면서 이동한다.



5. 마사지 테크닉 (15분)

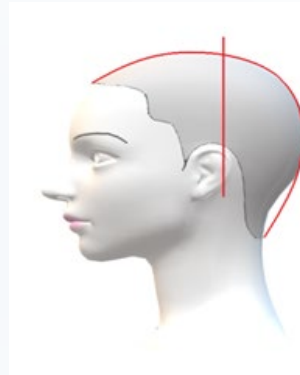
6) 두피 매뉴얼 테크닉

(3) 두피 전체 감싸 주기

- ✓ 두피 전체를 4등분하여 손바닥으로 감싼 후 눌러주었다 풀었다 한다.
- ✓ 3회

(4) 모상 건막 자극하기

- ✓ 손의 옆면을 사용하여 모상건막을 지그재그로 들어 올린다.



5. 마사지 테크닉 (15분)

6) 두피 매뉴얼 테크닉

(5) 모공 자극하기

- ✓ 모발을 주먹으로 잡은 후 천천히 당기고 늦추고를 반복하여 모공을 자극한다.
- ✓ 3회

(6) 두피 전체 튕겨주기

- ✓ 손을 오목하게 하고 튕겨준다



5. 마사지 테크닉 (15분)

7) 귀 압점 눌러 자극하기

- ✓ 이문 → 청궁 → 청회 → 예풍의 순으로 눌러서 자극한다.



8) 귀 당겨주기

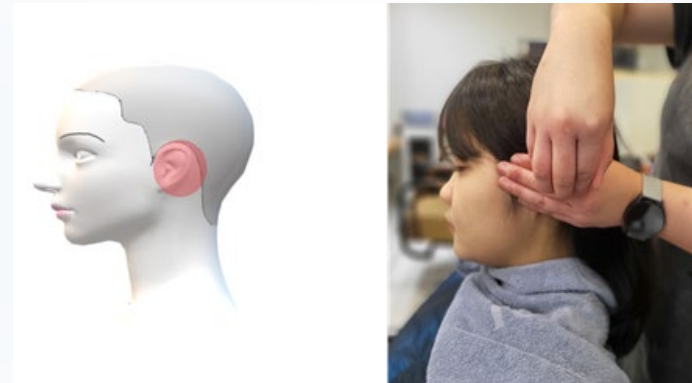
- ✓ 귀 바퀴를 잡고 위·뒤·아래쪽으로 당겨준다.



5. 마사지 테크닉 (15분)

9) 귀 두드리기

- ✓ 귀를 앞쪽으로 접은 후 손으로 덮어주고 다른 손으로 두드려준다.
- ✓ 반대편도 동일하게 진행한다.



10) 마무리

- ✓ 관리자의 양손을 고객의 어깨 위에서 멈춤으로써 두피 매뉴얼 테크닉을 마무리한다.

6. 샴푸 시술 및 트리트먼트 (10분)

목적: 두피와 모발의 세정을 통하여 고객에게 청량감과 안정감을 주기 위하여 위함이다. 모발 세정 후 모발에 필요한 영양을 주기 위함이다.

방법: 적당량의 샴푸를 도포하여 두부 전체에 고르게 거품을 일게 하고, 얼굴이나 귀 등에는 샴푸제가 묻어나지 않았는지 살펴본다. 샴푸 후 드라이로 모발을 적당하게 건조시킨 후 트리트먼트를 모발에 골고루 분사 및 도포한다.

채점항목: 샴푸제의 고른 도포, 샴푸 테크닉의 숙련도 및 깔끔한 마무리

1) 모발에 물적시기

- ✓ 수압과 온도 확인하기
- ✓ 귀 위쪽부터 네이프까지 물을 적신다.
- ✓ 고객의 얼굴쪽으로 물줄기가 향하지 않고 헤어라인의 중앙부터 좌우로 골고루 적신다.



6. 샴푸 시술 및 트리트먼트 (10분)

2) 샴푸 테크닉

1) 지그재그 문지르기

- ✓ 사이드는 거품을 충분히 만든 엄지손가락의 지문을 이용하여 사이드는 헤어라인에서 골든포인트 쪽으로 지그재그로 문지른다.
- ✓ 백 사이드는 엄지손가락을 제외한 나머지 손가락의 지문을 이용하여 같이 헤어라인에서 골든포인트 쪽으로 지그재그로 문지른다.
- ✓ 네이프 부분도 엄지손가락을 제외한 나머지 손가락의 지문을 이용하여 헤어라인에서 골든포인트 쪽으로 지그재그로 문지른다.

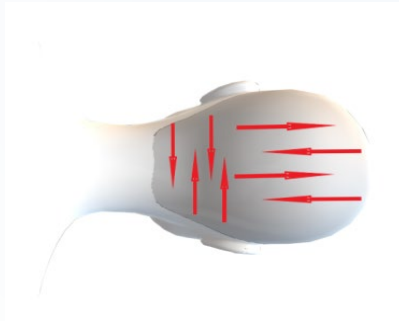


6. 샴푸 시술 및 트리트먼트 (10분)

2) 샴푸 테크닉

2) 교차하며 문지르기

- ✓ 네이프는 가로로 양 손가락을 교차하면서 문지른다.
- ✓ 후두부는 세로로 문지르며 모발도 정리한다.
- ✓ 탑 부분을 3등분하여 양손으로 반원을 그리면서 교차하며 문지른다.



6. 샴푸 시술 및 트리트먼트 (10분)

2) 샴푸 테크닉

3) 굴러주기

- ✓ 손가락의 지문 부분을 사용하여 헤어라인과 네이프라인을 굴려주고 주먹을 살짝 쥔 상태로 두상 전체를 굴려준다.

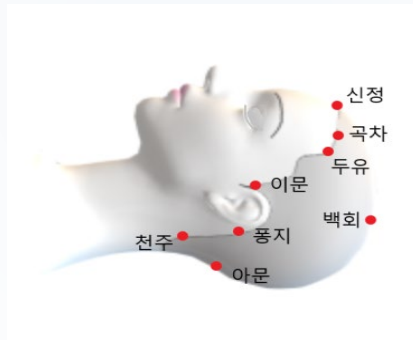


6. 샴푸 시술 및 트리트먼트 (10분)

2) 샴푸 테크닉

4) 두피 압점 누르기

- ✓ 양손의 엄지손가락을 신정 → 곡차 → 두유 → 이문, 신정 → 백회 순서로 지그시 눌러준 후 한 손으로 목을 두상을 들어 올린 후 아문 → 천주 → 풍지의 순서로 지그시 눌러준 후 반대편도 눌러준다.



7. 앰플 분사 및 마무리 (10분)

목적: 모유두의 영양 공급으로 모근을 강화시키고 튼튼한 모발 육성, 모발 성장촉진 그리고 거칠고 가늘어진 모발을 건강한 모발로 회복시킨다.

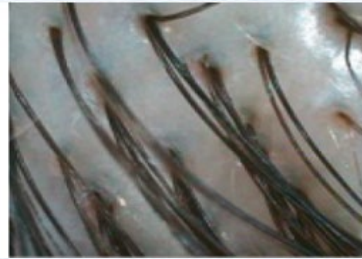
방법: 다이아몬드 유형으로 5등분으로 섹션을 나누고, 두피에 앰플을 1cm간격으로 고르게 도포 또는 분사한다. 드라이를 이용하여 스타일링한다. 두피케어가 마무리되면 주변을 정리한다.

채점항목: 앰플 도포 및 분사의 정확성 및 숙련도, 타올드라이와 이온 드라이기 사용



1급

- 서술형 실기시험



1. 중성 두피



2. 지성 두피



3. 건성 두피



4. 민감성 두피



5. 비듬성 두피



6. 지루성 두피



두피모발지도자

◆ 1급 – 서술형 실기 시험(120분)

❖ 제시된 문제형 두피유형 사진을 보고 작성하시오.

1. 문제형 두피 진단	20분	(100분)
2. 문제형 두피 원인	20분	
3. 문제형 두피에 따른 인체에 미치는 영향	20분	
4. 문제형 두피 관리 방법	20분	
5. 아로마테라피 (홈케어)	20분	

두피모발지도자

◆ 1급 – 서술형 실기 시험(예시)

{ 서술형 실기시험 }

두피모발지도자, 두피모발디렉터 1급(예시)

수험번호	이름
	

1. (지성 두피) 진단

- ✓ 모공에 피지가 과도하게 분비되어 투명감이 없고, 둔탁하며 하루만 세정을 하지 않아도 심한 기름이 진다.
- ✓ 모공 주위에 피지와 각질이 엉켜 비듬 형태로 모공이 막혀 있다.
- ✓ 과도한 피지 분비로 모공 안과 밖으로 피지가 차 있어 번들거린다.
- ✓ 모발에 끈적임이 있고 힘이 없이 가라앉는 현상이 있다.
- ✓ 특유의 피지산화 냄새를 유발한다.
- ✓ 기름진 피지막에 먼지 등 이물질이 흡착되어 있다.
- ✓ 과다 피지로 인해 산화되고 세균에 대한 보호기능이 저하되어 있다.

2. (지성 두피) 원인

- ✓ 남성호르몬의 과다 분비로 모공주위에 피지가 과다 형성된다.
- ✓ 두피가 번들거리고 끈적이며 피지 응고물들로 인해 각질층이 두께가 두껍다.
- ✓ 자극적인 음식, 스트레스, 환경오염, 스타일링 제품의 과다 사용이 원인이다.
- ✓ 모공이 막혀 호흡작용 이상으로 모발이 가늘어지고 탈모가 된다.
- ✓ 동물성 지방과 당분섭취 및 음식섭취가 원인이 된다.
- ✓ 비타민 B2, B6의 결핍과 기온의 영향으로 지성 두피가 된다.
- ✓ 잘못된 마사지 테크닉과 비위생적인 두피 관리가 원인이 된다.

3. (지성 두피)에 따른 인체에 미치는 영향

- ✓ 지성 두피는 과다한 피지 분비와 피지 산화물의 잔류로 인한 세균의 이상증식이 문제가 되는 유형으로 중성 두피의 분비량보다 많은 것을 말하는데, 피지의 과도한 분비는 모공을 크게 만드는데 커진 모공은 이물질과 산화물의 잔류로 막혀서 피부 조직이 두꺼워지고 축축하며 끈적거리고 악취가 나는 경우도 있다. 이런 상태가 만성화가 되면 비듬·지루성 피부염과 탈모로 이어질 수 있다. 두피에 비듬이 관찰되고 피지와 혼합되면 산화되어 악취가 나며, 지성 상태의 모발이 이마 등의 피부에 닿으면 생리적인 독소 등에 의하여 뾰루지 등이 생기기도 한다.

- ✓ 지성 두피는 피지 분비가 과다해서 하루만 샴푸를 안해도 유분이 많이 끼고 달라 붙는 성질이 나타나며, 비듬, 각질, 피지가 엉켜서 모공이 막힌다.
- ✓ 먼지 흡착과 세균 번식 등이 쉬워 열증 등을 유발한다.
- ✓ 모발이 끈적임이 있고 힘이 없으며, 세정이 불충분할 시 피지가 산화되어 모공을 막거나 염증이 발생할 수 있다.

4. (지성 두피) 관리 방법

- 스켈링 방법
- ✓ 어깨, 목, 머리에 릴렉스 마사지 후 브러싱을 한다.
- ✓ 두피 스켈링을 하고 액티브 로션을 도포한다.
- ✓ 고주파기를 이용하여 살균, 소독을 하며 관리한다.
- ✓ 지성용 앰플을 도포한다.
- ✓ 두피에 10분간 광선기를 조사한다.
- ✓ 세정 후 헤어스타일링 한다.

■ 관리방법

- ✓ 두피 세정과 피지 조절에 중점적인 관리를 한다.
- ✓ 염증이 있는 두피는 치료 후 관리에 들어간다.
- ✓ 모공을 열어 피지 응고물을 제거한다.
- ✓ 피지를 산성화시켜 두피를 보호하고 신진대사를 원활히 하여 세균에 대한 저항력을 키운다.

■ 관리실 케어

상당(피지 제거 및 조절) → 두피 진단(문진, 시진, 촉진, 경진) → 브러싱 및 마사지(강한 지압금물) → 1차 헤어 스티머(약40°C) → 스켈링제 도포 → 2차 헤어 스티머 → 두피 세정(지성 두피용) → 냉 드라이 두피 건조 → 두피 영양 공급(앰플: 피지조절 → 적외선 및 광선요법(두피와의 50cm) → 마무리

5. (지성 두피) 홈케어 & 아로마테라피

■ 홈케어

- ✓ 미온수로 지성 두피용 세정제로 샴푸하며 세정 후 드라이로 가볍게 두피 및 모발을 건조시킨다. 강한 두부지압은 피한다.
- ✓ 헤어 브러싱(5분) → 샴푸(지성 전용) → 수분제거(헤어드라이기, 타월) → 컨디셔너(두피에 도포) → 적외선 조사(5분) → 두피마사지(10-20분) → 가벼운 샴푸 후 타월 건조 → 스켈프 토닉 도포(지성두피 전용)

■ 아로마테라피

- ✓ 아로마테라피는 탈모증 또는 문제성 두피의 근본적인 원인을 해결할 수는 없지만 호르몬 조절, 혈액순환 촉진, 심신 안정 등의 효과가 있다.
- ✓ 볼렌딩 방법 : 레몬(살균, 미백 효과, 각질 제거, 피지억제) 8방울 + 일랑일랑 9방울 + 그레이프시드 오일 또는 조조바 오일 50ml

기술강사 - 서술형 실기시험





두피모발지도자

◆ 기술강사 - 서술형 실기 시험(120분)

❖ 제시된 탈모 유형 두피 사진을 보고 작성하시오.

1. 탈모진행형 두피 정의	20분	(100분)
2. 탈모진행형 두피 원인	20분	
3. 탈모진행형 두피 상태	20분	
4. 탈모진행형 두피 관리 방법	20분	
5. 탈모증 예방에 효과적인 아로마 오일	20분	

두피모발지도자

◆ 기술강사 – 서술형 실기 시험(예시)

{ 서술형 실기시험 }

두피모발지도자, 두피모발디렉터 기술강사(예시)

수험번호	이름
	
	
	
	

1. 탈모진행형 두피의 정의

- 탈모는 정상적으로 모발이 존재해야 할 부위에 모발이 없는 상태를 말한다. 모발은 보통 정상적인 서양인의 경우 약 12만 개 전 후이고 모발 밀도가 낮은 동양인은 약 10만 개 전후이다. 그 중 84%는 성장기, 2% 쇠퇴기, 14% 휴지기에 속하는데 모발이 빠지는 것은 모유류에 있는 호르몬에 의해 분열 증식하는 것이 멈추기 때문에 일어나는 현상으로 건강한 모발의 경우 성장주기를 유지하고 있어도 휴지기의 모발은 하루 10~200개 정도 빠지고, 빠진 자리에는 새로운 모발이 형성되어 자라난다.
- 탈모증은 모유류와 관계없이 비정상적으로 탈이 많이 빠지거나 모발이 있어야 할 부위에 없거나 빈약한 상태가 지속될 경우를 말하는데, 성장기가 짧고 휴지기에서 다음 성장기까지의 기간이 길어져서 다시 자라난 모발이 완전히 성장하지 못해 파다하게 빠지는 경우 탈모라 하며, 세포분열이 완성하지 못해 모발이 약해지고 가늘어지며 영구화되는 과정 또한 탈모라 할 수 있다.
- 모발은 나이, 계절, 인종, 성별, 스트레스, 질환 등 여러 요인의 영향을 받으며 하루에 보통 50~100개의 정상적인 '회행기 탈모'가 일어난다.

2. 탈모 원인

- 혈액 순환장애, 유전적, 호르몬, 스트레스나 심리적인 불안, 환경적, 영양부족, 모공이 막힘으로 탈모 발생할 수 있다.
- 지루성 탈모증은 호르몬의 불균형, 피지분비 과잉, 과도한 스트레스로 발생한다.

- ✓ 원형 탈모증은 스트레스나 긴장감 또는 내분비 장애로 발생한다.
- ✓ 선천성 탈모증은 외부의 물리적인 원인으로 발생한다.
- ✓ 비강성 탈모증은 비루균, 비타민A, 비타민B 부족으로 두피의 각화에 영향이 미치면서 탈모가 발생한다.
- ✓ 신경성 탈모증은 스트레스나 긴장감, 내분비 장애로 인해 발생한다.
- ✓ 장년성 탈모증은 남성호르몬의 과잉 또는 유전자의 작용으로 발생한다.
- ✓ 노인성 탈모증은 모유류, 조직의 노화, 두피 경화현상으로 발생한다.

3. 탈모진행형 두피 상태

- ✓ 탈모진행형 두피는 두피가 자주 가렵거나 비듬이 평상시보다 많으며 피지 분비량이 높다.
- ✓ 모공이 다수 막혀 있고 모발 밀도가 낮으며 두피 톤이 얼룩이 심하다.
- ✓ 피지분비량의 증가된 상태로 모발의 성장이 중지되어 있고 모발이 가늘고 0.09mm 이하의 연모로 진행되어 있다.
- ✓ 자외선은 모발 성장을 촉진시키기도 하지만 너무 강하면 수분을 빼앗아 모발이 건조하고 희색하게 되었다.
- ✓ 생리적으로 발생하는 자연탈모 이외에 병적인 상태가 지속된다.
- ✓ 하루에 약 50~100개 정도 이상 모발이 빠지고 있다.
- ✓ 정수리 및 두정부에서 서서히 발생한다.

4. 탈모진행형 두피 관리 방법

- ✓ 두피 상태에 맞는 탈모용 전용 샴푸와 두피 스팀링 등을 통해 신진대사를 촉진시키고, 청결을 유지한다.
- ✓ 두피마사지를 통하여 혈액순환과 신진대사를 원활하게 한다.
- ✓ 두피와 모발에 영양을 공급한다.
- ✓ 지방과 당분이 많은 음식, 자극적인 음식은 피하고 신선한 야채와 과일 등을 섭취하면서 식물 영양 균형에 유의한다.

5. 탈모증 예방에 효과적인 약료와 요일

- ✓ 라벤더: 라벤더는 가장 광범위하게 사용되는 오일류, 수목 향이 난다. 살충, 살균작용, 세포성장 촉진작용, 소독작용을 하며 피지분비, 혈액순환, 맞추어준다. 원형탈모증에도 도움이 된다고 알려져 있으나 저혈압이 있는 사람이 사용할 경우 감각이 둔화된 증상이 오는 경우도 있다. 그러나 민감하거나 임신 초기에는 되도록 사용하지 않는 것이 좋다. 그리고 사용 전에 팔꿈치 안쪽이나 손목 안쪽에 발라 피부발진이 일어나는지 꼭 패치테스트 후 사용하도록 한다. 같이 코멘딩하면 좋은 에센셜오일은 카모마일, 레몬, 로즈마리, 벚꽃, 자스민, 세이지, 제라늄 등이다.
- ✓ 로즈마리: 피지분비, 심한 사람의 경우 과도한 피지를 빼내는 것이 중요하기 때문에 따뜻한 물로 모공을 열어 세정한 후, 그 후에 로즈마리 5~6방울 정도 떨어뜨린 열수물에 깨끗한 면타월이나 거즈를 적서 잘 찬 후 두피를 30분 정도 찜질해주면 좋다. 로즈마리에는 강한 수렴작용과 소독작용이 있어 두피진염에도 효과를 발휘하고, 비듬 억제와 모발 성장을 촉진하는 효과가 있다. 함께 코멘딩하면, 사용하면 좋은 에센셜오일은 바질, 시더우드, 오렌지, 제라늄, 피파인 등이다.

- ✓ 카모마일: 열을 냉각시키는 해열작용이 강해 '달의 약초'라고도 불리며 오랫동안 샴푸의 소재로 많이 사용되어 왔던 성분으로 표루지, 피부염, 여드름 등 건조하고 가려움증이 있는 피부에 좋다고 알려져 있다. 함께 코멘딩하면 사용하면 좋은 에센셜오일은 라벤더, 레몬, 로즈마리, 벚꽃, 일랑일랑, 자스민, 제라늄 등이 있다.