

Interne Geneeskunde/Oncologiecentrum

Hoofdhuidkoeling

Verminderen van de haaruitval tijdens chemotherapie

Inleiding

Tijdens een chemokuur ontstaat haaruitval doordat de haarwortels beschadigd worden door de cytostatica. Door de hoofdhuid te koelen tijdens de chemotherapie kan haaruitval verminderd of voorkomen worden. In deze folder kunt u lezen wat hoofdhuidkoeling voor u kan betekenen.

De hoofdhuidkoeling

De hoofdhuidkoeling vindt plaats door het dragen van een koelkap op uw hoofd. Enige tijd voor, tijdens en na de chemotherapie draagt u deze koelkap. Door deze koelkap stroomt een koude vloeistof. De koelkap wordt op zijn plaats gehouden door een overkap met een kinband. Een koelapparaat zorgt ervoor dat de temperatuur van de koelkap constant blijft. Dit koelapparaat is verbonden met de koelkap.



Figuur 1. kap met koelapparaat

Hoe werkt hoofdhuidkoeling?

Door het koelen treedt er bloedvatvernauwing op in de hoofdhuid. Hierdoor komt minder cytostatica bij de haarwortel. De haarwortel wordt daarom minder beschadigd. Ook wordt door de koeling de celstofwisseling langzamer, waardoor minder cytostatica de haarwortel bereikt.

Duur van de koeling

De verpleegkundige plaatst de koelkap dertig minuten voor het starten van de chemotherapie op uw hoofd. Vervolgens wordt de koelkap tijdens het toedienen van de cytostatica de hele tijd gedragen en ook enige tijd daarna. Deze zogenaamde nakoeltijd is afhankelijk van de soort chemokuur en varieert van een halfuur tot anderhalf uur.

Bijverschijnselen

Door de afkoeling van de hoofdhuid kan bij sommige patiënten hoofdpijn, een licht gevoel in het hoofd en een algemeen gevoel van koude optreden. Het kan prettig zijn om tijdens de behandeling warme sokken en bijvoorbeeld een (col)trui te dragen. U kunt de verpleegkundige om een deken of een warme drank vragen.

Resultaat

Door de hoofdhuidkoeling kan haaruitval voorkomen of verminderd worden. Het resultaat van de koeling varieert van patiënt tot patiënt en is onder andere afhankelijk van de soort chemotherapie. Vooraf kan daarom geen uitsluitsel over het eindresultaat gegeven worden.

Na de eerste behandeling kan er ondanks de koeling sprake zijn van licht tot matig haarverlies. Dit betekent niet dat de koeling niet aanslaat en hoeft geen reden te zijn om te stoppen met koelen.

Veelgestelde vragen

Hoe koud zal het worden?

De temperatuur is altijd minder dan vijf graden Celsius. De koude is in het begin onprettig. Na tien minuten treedt er gewenning op en is het goed te verdragen.

Kan er sprake zijn van bevriezing van de hoofdhuid?

Nee, de koelkap is zo gemaakt dat de hoofdhuid niet kan bevriezen.

Wordt de rest van mijn lichaam koud?

Over het algemeen niet. Wel raden wij u aan om warme kleding te dragen, bij voorkeur een coltrui. Als u last krijgt van de kou, kunt u gerust om een deken of een warme drank vragen.

Is het pijnlijk?

Nee, het is niet pijnlijk.

Krijg ik hoofdpijn?

Nee, de meeste mensen krijgen geen last van hoofdpijn. Als u wel last krijgt van hoofdpijn kan de verpleegkundige u een paracetamol geven. Het advies kan zijn om de volgende keer dat u hoofdhuidkoeling krijgt de paracetamol voor de start van de koeling in te nemen.

Beschadigt hoofdhuidkoeling mijn haar?

Nee, de koeling beïnvloedt de conditie van het haar niet.

Zal ik mijn haren behouden?

Het resultaat is voor iedereen verschillend. U weet pas of hoofdhuidkoeling bij u werkt wanneer u het geprobeerd heeft. Er zal als gevolg van de chemotherapie altijd wat meer haaruitval optreden dan u gewend bent.

Kan ik bewegen tijdens de koeling?

U kunt niet rondlopen als de kap aan de machine is gekoppeld. Zitten, opstaan en gaan liggen is geen probleem.

Wat gebeurt er als ik naar het toilet moet?

De kap wordt dan losgekoppeld van het koelapparaat. Daarna kunt u naar het toilet gaan.

De kap dient zo snel mogelijk weer aangesloten te worden aan de machine.

Haarverzorging tijdens chemotherapie

Door de chemotherapie kan het haar droog en breekbaar worden. Als uw hoofdhuid droog wordt kunt u gebruik maken van een vochtinbrengende crème of natuurlijke oliën. Een zachte massage van de hoofdhuid kan de bloedtoevoer naar de haarwortels verbeteren. Om te voorkomen dat het haar breekt is het erg belangrijk dat u uw haar voorzichtig verzorgt. Hieronder staan enkele tips om onnodige beschadiging van uw haar te voorkomen.

Tips voor de haarverzorging:

- Gebruik alleen milde haarproducten (bijvoorbeeld babyshampoo) en haarconditioner of crèmespoeling om uitdroging van het haar of de hoofdhuid te voorkomen.
- Droog uw haar door het droog te deppen in plaats van te wrijven.
- Was het haar zo min mogelijk.
- Kam uw haren voorzichtig met een zachte (baby)borstel of een kam met veel ruimte tussen de tanden.
- Voorkom blootstelling aan warmte door haardrogers, föhns of krultangen. Dit kan het haar droog maken waardoor het eerder breekt.
- Voorkom trekken aan het haar door vlechten of het strak bijeen binden met een elastiekje.
- Voorkom beschadiging van het haar door chemicaliën, bijvoorbeeld permanentvloeistof.
- Laat u door een kapper adviseren wanneer u de haren wilt verven. Kleur het haar alleen met natuurlijke producten en gebruik hierbij geen agressieve producten met bijvoorbeeld waterstofperoxide.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u ze stellen tijdens het eerstvolgende bezoek of contact opnemen met:

Oncologiecentrum

Locatie Venlo

routenummer 71

VieCuri Medisch Centrum

Locatie Venlo

Tegelseweg 210

5912 BL Venlo

☎ (077) 320 55 55

Locatie Venray

Merseloseweg 130

5801 CE Venray

☎ (0478) 52 22 22

Meer informatie www.viecuri.nl

Bekijk uw medische gegevens op www.mijnviecuri.nl