



Hoofdhuidkoeling bij chemotherapie

Haaruitval bij chemotherapie

U start binnenkort met chemotherapie. Veel soorten chemotherapie geven haaruitval. Hoewel het haaruitval bijna altijd tijdelijk is, kan het als belastend ervaren worden door de vrouwen en mannen die het overkomt. Haaruitval bij chemotherapie komt doordat de cellen die voor het haar zorgen, door de chemotherapie worden beschadigd.

Wat is hoofdhuidkoeling

Hoofdhuidkoeling kan ervoor zorgen dat u minder haaruitval op uw hoofdhuid heeft. Soms wordt haaruitval voor een groot deel voorkomen. Hoofdhuidkoeling kan niet voorkomen dat overige lichaamsbehaaring uitvalt. Hoofdhuidkoeling gebeurt door de hoofdhuid te koelen met een koelkap. Vóór, tijdens en na het infuus met chemotherapie wordt de hoofdhuid gekoeld.

Hoe werkt hoofdhuidkoeling

Door de temperatuur van de hoofdhuid te verlagen, neemt de doorbloeding rondom de haarwortels af. De cellen die voor het haar zorgen, nemen hierdoor minder chemotherapie op. Ook de werking van chemotherapie in de cellen die voor het haar zorgen wordt verminderd. Het is bewezen dat hoofdhuidkoeling vaak goed werkt. Gemiddeld 50 procent van de patiënten die anders ernstig haarverlies hebben of kaal zouden worden, zijn tevreden met het resultaat. Hoofdhuidkoeling is succesvol wanneer een patiënt tevreden is met het haar dat overblijft, zodat er geen behoefte is aan het dragen van een pruik of andere hoofdbedekking. De resultaten van hoofdhuidkoeling kunnen sterk wisselen. Dit hangt af van de soort en dosering van de chemotherapie.

Wanneer kan hoofdhuidkoeling niet

Hoofdhuidkoeling kan niet worden gedaan bij kwaadaardige bloedziekten, zoals leukemie en sommige kwaadaardige lymfklierziekten. Hoofdhuidkoeling wordt ook niet gegeven bij enkele zeldzame aandoeningen zoals koude overgevoeligheid.

De verpleegkundig specialist of verpleegkundig consult bespreekt met u of hoofdhuidkoeling in uw situatie gebruikt kan worden.

Hoofdhuidkoeling en tumoren in de hoofdhuid

Er bestaat een theoretisch risico dat door hoofdhuidkoeling eventuele uitzaaiingen van de tumor in de hoofdhuid niet goed behandeld worden. Dit is echter uit onderzoek niet gebleken. Op basis van onderzoek bij borstkankerpatiënten is er geen enkele aanwijzing dat hoofdhuidkoeling de kans op uitzaaiingen in de hoofdhuid vergroot.

Van andere tumoren dan borstkanker zijn er veel minder gegevens over uitzaaiingen in de hoofdhuid bekend. Uitzaaiingen in de hoofdhuid zijn bij bijna alle soorten kanker zeldzaam. Heeft u hier vragen over? Stel ze gerust! Ook vindt u op de website www.geefhaareenkans.nl meer informatie.

Hoe gaat hoofdhuidkoeling

Hoofdhuidkoeling wordt vóór, tijdens en na het infuus met chemotherapie gebruikt. De hoofdhuid wordt gekoeld met een koelkap. Door deze koelkap circuleert een koude vloeistof die wordt gekoeld door een koelmachine. De koelkap is met een slang verbonden aan de koelmachine.

De koelkap wordt op het hoofd geplaatst. Voor een goed resultaat is het belangrijk dat de kap goed past. Voor de eerste chemotherapie met hoofdhuidkoeling, wordt een kap aangemeten die goed aansluit op uw hoofd. Over de koelkap heen komt een overkap van textiel, met een band om de kin voor een goede aansluiting.

De koelkap verlaagt de temperatuur van uw hoofdhuid tot ongeveer 15-25 graden Celsius. Zorg dat uw haar gewassen is voor de chemotherapie. Draag geen haarspelden en oorbellen tijdens de hoofdhuidkoeling. Draagt u een bril? Dan kunnen de pootjes worden afgedekt met een gaasje zodat u de bril kan ophouden tijdens de hoofdhuidkoeling.



Voorkoelen

Een half uur voor het begin van de chemokuur krijgt u de kap op uw hoofd. Dit is om de hoofdhuid voor te koelen. Tijdens deze tijd kan het infuus worden ingebracht en de eventuele medicijnen die u nodig heeft voor de chemotherapie gegeven worden.

Hoe u de hoofdhuidkoeling ervaart is heel persoonlijk. De eerste 10 -15 minuten kan de kou op uw hoofd onaangenaam aanvoelen. U kunt hoofdpijn krijgen. Paracetamol helpt hier tegen meestal goed. Na 15 minuten is uw hoofdhuid meer gewend aan de kou en is hoofdhuidkoeling meestal goed te verdragen. U hoeft niet bang te zijn dat uw hoofdhuid bevriest.

Wel kunt u het koud krijgen over uw hele lichaam. Daarom raden wij u aan om warme kleding (een vest) mee te nemen. Ook kunt u altijd om een deken vragen.

Koelen tijdens de chemotherapie

De meeste mensen zitten op een comfortabele behandelstoel tijdens de hoofdhuidkoeling en chemokuur. U kunt niet rondlopen als de kap aan de machine gekoppeld is. Tijdens het gebruik van de hoofdhuidkoeler kunt u wel naar het toilet. De hoofdhuidkoeler wordt dan even losgekoppeld.

Nakoelen

Na afloop van de chemokuur houdt u de kap nog op. Hoe lang dit nodig is, hangt af van de chemotherapie die u krijgt. Dit hoort u van de verpleegkundige. Pas daarna is de hoofdhuidkoeling klaar. Door het gebruik van de hoofdhuidkoeling bent u ongeveer 1 - 2 uur langer in het ziekenhuis. Soms wordt de voor- en nakoel tijd aangepast. Ook dit hangt weer af van de chemotherapie en de dosering die u krijgt.

Verdraagt u de hoofdhuidkoeling niet goed of vindt u dat het behoud van uw haar niet voldoet aan uw verwachting? Dan kunt u altijd stoppen met hoofdhuidkoeling.

Haaruitval

Ook als de hoofdhuidkoeling wordt toegepast en succesvol is, heeft u meer haarverlies dan normaal. Meestal treedt het meeste haarverlies op 1 tot 3 weken na de eerste chemokuur. Wanneer de chemotherapie in een lage dosering wordt gegeven, kan het haarverlies langzaam toenemen en pas na meer behandelingen zichtbaar worden.

Enkele dagen voordat het haarverlies begint kan haarpijn optreden. Haarpijn kan aanhouden tijdens de hele periode van het haarverlies.

Patiënten die chemotherapie met hoofdhuidkoeling kregen, gaven aan dat de mate van haarverlies het grootst was na de eerste 2 kuren.

Tijdens de chemotherapie met hoofdhuidkoeling blijft het haar groeien, maar langzamer dan normaal.

Ook de conditie van uw haar gaat door de chemotherapie achteruit.

Om een goed resultaat van de hoofdhuidkoeling te hebben, is het nodig om bij elke chemokuur hoofdhuidkoeling toe te passen.

Verzorging van het haar tijdens chemotherapie

Het is niet precies bekend welke factoren belangrijk zijn om hoofdhuidkoeling succesvol te maken. De adviezen die hierover gegeven worden zijn niet op basis van onderzoek, maar vanuit ervaringen uit de praktijk.

Het is belangrijk dat uw haar voorzichtig behandeld om te voorkomen dat het droog wordt en afbreekt. Was het haar daarom minder vaak.

Het kleuren van de haren of permanenten is niet bewezen nadelig voor het haar voor, tijdens of kort na de periode van hoofdhuidkoeling. Het is wel raadzaam om hierbij zo weinig mogelijk schadelijke stoffen (als waterstofperoxide) te gebruiken. Vraag uw kapper naar het minimaal gebruiken van schadelijke stoffen.

Tips

- Gebruik alleen milde haarproducten, om uitdroging van uw haar of hoofdhuid te voorkomen
- Gebruik een haar conditioner of crèmespoeling
- Droog uw haar door te deppen in plaats van te wrijven
- Kam uw haar met een zachte borstel of een grove kam
- Bind de haren niet te stak bijeen

- Gebruik liever geen föhn, krultang, stijltang of heet water. Hitte tast het haar aan en maakt het droger waardoor het sneller afbreekt
- Kleur uw haar alleen met natuurlijke producten
- De werking van producten die de haargroei stimuleren of voorkomen dat het haar uitvalt, is nooit wetenschappelijk aangetoond.

Haarwerk of andere hoofdbedekking

Wij kunnen niet garanderen dat u zo weinig haaruitval krijgt, dat u geen haarwerk of andere hoofdbedekking nodig heeft. Wij adviseren u om uit voorzorg een haarwerk in bestelling te nemen. De verpleegkundig specialist/ verpleegkundig consulent bespreekt met u bij wie u hiervoor terecht kunt en kan een machtiging voor een haarwerk vergoeding meegeven. Spreekt met de haarwerkspecialist af, dat u het haarwerk niet hoeft te kopen als u geen of weinig haaruitval heeft. U neemt dan een haarwerk in bestelling. Spreek met de haarwerkspecialist af, of er kosten worden berekend wanneer het haarwerk niet wordt afgenomen. Dit kunnen de kosten voor het aanmeten zijn.

Iedere patiënt heeft vanuit de basiszorgverzekering recht op een vastgestelde standaard vergoeding. Daarnaast kan er bij een aanvullende zorgverzekering een hoger bedrag worden vergoed.

Soms vergoedt uw zorgverzekering ook andere hoofdbedekkingen als sjaals, mutsjes of hoeden. Informeer bij uw eigen zorgverzekering wat zij voor u vergoeden.

Er zijn meerdere websites die sjaaltjes en mutsjes aanbieden.

Haargroei na de chemotherapie

Meestal is de haargroei door chemotherapie tijdelijk geremd. De normale groei keert meestal binnen enkele weken tot maanden na de laatste chemotherapie terug. Meer dan 70% van de patiënten met haaruitval door chemotherapie dragen hun haarwerk minder dan 6 maanden na de laatste chemokuur. Een groot deel van de patiënten ervaart een verandering van haarkleur en structuur. Deze verandering duurt vaak enkele maanden maar kan ook langer aanhouden. Wanneer het haar weer begint te groeien kan een tijdelijke groei van licht donshaar in het gezicht voorkomen.

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl