

## HÅRBORTFALL OCH KYLMÖSSA

Cytostatika (cellgift) kan orsaka hårbortfall. Hårbortfallet kan vara **delvist eller totalt**. Behandlingen kan förorsaka hårbortfall också på andra delar av kroppen (t.ex. ögonbryn och ögonfransar). Hårbortfallet uppkommer **några veckor efter att behandlingen påbörjats och kan ske stegvis eller plötsligt**. Hårväxten återkommer efter cytostatikabehandlingens slut.

### Anskaffning av peruk

Vid håravfall beroende på cytostatikabehandling ger vårt sjukhus ersättning för peruk. Möjliga behandlingsmedel- och verktyg bekostar du själv. Rehabiliteringsskötare Anna-Kaisu Uusitalo, som arbetar på fysiatriska avdelningen ger ifall du önskar en medicinsk rehabiliteringsremiss för peruk och ger information om dess anskaffning. Du kan kontakta henne per telefon, nummer 040-653 4519 (vikarie Marja-Leena Mattila, nummer 040-653 4423).

### Användning av kylmössa

Hårbortfallet kan möjligen minskas med hjälp av att använda **kylmössa** under cytostatikabehandlingen. Kylmössan svalkar hårbotten och drar samman blodkärlen, vilket gör att cytostatikas effekt på hårsäcken minskar.

Ibland kan cancersjukdomens natur förhindra användning av kylmössa. Läkaren gör en bedömning före behandlingen påbörjas ifall kylmössa kan användas i ditt fall.

Kylmössan tas på före cytostatikabehandlingen påbörjas, så att skalpen hinner kylas innan behandlingen. Skalpen kyls till +5°. Kylmössan hålls på under hela behandlingstiden.

Du kan försöka minska håravfallet genom att undvika kraftiga behandlingar av hår- eller hårbotten under cytostatikabehandlingen. Ifall du använder fön gör det mildt och med sval luftström. Kraftig borstning av hårbotten rekommenderas inte.

Du kan även försöka undvika hårtvätt ett par dagar efter behandlingen. Vid hårtvätt använd hud tempererat eller lite varmare vatten, massera inte hårbotten. Ifall du badar bastu inom 1 vecka efter behandlingen, skydda håret med en frotté handduk fuktad i kallt vatten.

Under cytostatika behandlingen bör du undvika kraftiga kemiska behandlingar av håret såsom permanentning och färgning.